

Univerzita Karlova v Praze

PEDAGOGICKÁ FAKULTA

Katedra tělesné výchovy

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Porovnání podmínek pro výuku atletiky na základních  
školách ve městech a vesnicích Středočeského kraje**

Comparing conditions for teaching athletics at the elementary schools in towns  
and villages in the Central Bohemian Region

**Markéta Červenková**

Vedoucí práce: PhDr. PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: B TVS - ZSV

2015

## **Poděkování**

Děkuji vedoucímu bakalářské práce PhDr. PaedDr. Ladislavu Kašparovi, Ph.D. za odborné vedení, podporu a poskytnutí cenných rad týkajících se zvoleného tématu a dále děkuji své rodině za trpělivost.

### **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Porovnání podmínek pro výuku atletiky na základních školách ve městech a vesnicích Středočeského kraje vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Jirnech dne .....

.....

Markéta Červenková

## **Abstrakt**

### **NÁZEV PRÁCE:**

Porovnání podmínek pro výuku atletiky na základních školách ve městech a vesnicích Středočeského kraje

### **ABSTRAKT:**

Cílem této bakalářské práce je porovnat podmínky pro výuku atletiky na 2. stupni ZŠ ve velkých městech a vesnicích, nacházejících se ve Středočeském kraji. Dále zjistit prostřednictvím dotazníků vzdělání učitelů tělesné výchovy, rozložení výuky atletiky v 10měsíčním cyklu, nejvíce vyučované atletické disciplíny v hodinách TV a účast škol na atletických soutěžích.

### **KLÍČOVÁ SLOVA:**

Atletika, základní škola, žáci, materiální vybavení, rozložení výuky atletiky

## **Abstract**

### **TITLE:**

Comparing conditions for teaching athletics at the elementary schools in towns and villages in the Central Bohemian Region

### **ABSTRACT:**

The aim of this thesis is to compare the teaching of athletics at the upper primary schools in large towns and villages located in the Central Bohemian. Next aim is to determine, through questionnaires, the education of PE teachers, the distribution of teaching athletics in the 10-month cycle, the most frequently taught athletic disciplines in PE classes and school participation in athletic competitions.

### **KEY WORDS:**

Athletics, elementary school, pupils, material equipment, distribution of teaching athletics

## Obsah

Úvod .....	8
Cíle a úkoly práce .....	10

## I TEORETICKÁ ČÁST

<b>1 Atletika v kontextu tělesné kultury a tělesné výchovy</b>	
1.1 Historie atletiky .....	11
1.2 Historie školní tělesné výchovy .....	12
1.3 Atletika v osnovách školní tělesné výchovy .....	16
1.4 Cíle tělesné výchovy .....	17
1.5 Analýza nejznámějších zdrojů .....	18
1.6 Rámcový vzdělávací plán .....	21
1.7 Rámcový vzdělávací plán vs. osnovy .....	23
<b>2 Alternativní metody výuky atletiky</b>	
2.1 Netradiční náčiní a pomůcky .....	26
2.2 Hod kriketovým míčkem .....	27
2.3 Vrh koulí .....	28
2.4 Skok daleký .....	29
2.5 Skok vysoký .....	29
2.6 Překážkový běh .....	30
2.7 Námety k vyučování atletiky ze známého zdroje .....	31

## II VÝZKUMNÁ ČÁST

<b>3 Metodika výzkumu</b>	
3.1 Hypotézy .....	34
3.2 Příprava a organizace práce .....	34
3.3 Metody zpracování a vyhodnocování dat .....	35
<b>4 Výsledky a jejich interpretace</b>	
4.1 Vzdělání učitelů .....	36
4.2 Zaměření výuky TV na atletiku .....	37
4.3 Dostatečné nemobilní vybavení .....	38
4.4 Dostatečné mobilní vybavení .....	39
4.5 Nácvik disciplín .....	40
4.6 Finanční podpora .....	41
4.7 Účast na soutěžích v atletice .....	42
4.8 Další zkoumaná kritéria .....	43
4.9 Celkové hodnocení .....	45

<b>5</b>	<b>Diskuze .....</b>	<b>46</b>
<b>6</b>	<b>Závěry .....</b>	<b>51</b>
	<b>Seznam použité literatury .....</b>	<b>55</b>
	<b>Přílohy .....</b>	<b>57</b>
	Příloha č. 1 – Seznam obrázků	
	Příloha č. 2 – Seznam měst a vesnic	
	Příloha č. 3 – Dotazník	
	Příloha č. 4 – CD	

## ÚVOD

Žijeme v moderním světě a i přesto, že existuje několik stovek sportovních klubů, kroužků a různých sportovních zařízení, zájem dětí o pohybovou aktivitu upadá. Je to dáno několika aspekty. Doba se mění. Zatímco my jsme po škole hodili tašky do kouta a běželi si hrát ven, dnešní děti se posadí k počítači a předhánějí se v počítačových hrách. Místo toho, aby ušli pár kroků a popovídali si s kamarádem, si raději zapnou sociální síť, jako jsou Facebook, Twitter či Skype, a komunikují skrze ně. Jako další aspekt úpadku zájmu dětí o pohybovou aktivitu vnímám prostředí, ve kterém děti vyrůstají. Mnoho rodičů má strach pouštět děti ven a nemají tolik času, neboť pracují, aby je na cestě na různé kroužky doprovázeli, či jim dělali společnost. Upřímně, kdo by se nebál. Každou chvíli můžeme spatřit ve zprávách nejen násilí páchané na dětech, ale i únosy a vraždy. To však není řešení. Je vědecky dokázáno, že pohyb prospívá nejen našemu tělesnému zdraví, ale také psychice a paměti.

Pro děti, kterým se sportu nedostává z mimoškolních a zájmových aktivit, jsou alespoň povinné hodiny tělesné výchovy. V těchto hodinách si děti mohou vyzkoušet velké množství sportů a sportovních aktivit. Když se to podaří a žáky sport zaujme, mohou se mu věnovat dále a rozvíjet v něm své schopnosti a dovednosti.

Tělesná výchova je na základní škole velice důležitá, i když si to mnoho učitelů neuvědomuje. Učitelé mohou svým postojem a přístupem zájem u žáků vyvolat, nebo ho naopak uhasit. Tyto děti mají poté velký problém nejen na středních a vysokých školách, ale také v dospělosti. Jak si ale můžeme všimnout, tělesná výchova už také není to, co bývala. Jak už jsem zmínila výše, může za to postoj učitelů a jejich přístup k práci. Dalším aspektem může být i strach učitelů cvičit s žáky různé disciplíny, u kterých by se mohli zranit. Výsledek tak můžeme vidět na středních školách, kdy student nedokáže udělat ani kotoul, přeskočit kozu či udělat výmyk na hrazdě.

Moje bakalářská práce je zaměřena na porovnání podmínek pro výuku atletiky na základních školách ve městech a vesnicích Středočeského kraje. Od dětství se věnuji atletice, proto vím, jak je důležité mít pro tuto disciplínu správné podmínky. Mezi nejdůležitější faktory patří bezpochyby vzdělání učitelů a jejich zájem o děti a výuku, časová dotace a především materiální (mobilní i nemobilní) vybavení. Když škola materiální



podmínky nemá, může si je vytvořit, či vymyslet improvizovaný cvik, na kterém žáka s daným pohybem seznámí. Téměř každý problém má řešení, stačí jen postavit se k němu čelem.

Je velice důležité žákům ukázat, že čas, který stráví nácvikem různých disciplín, nepřijde vniveč. K tomu slouží různé atletické soutěže a závody, které děti namotivují k nejlepšímu výkonu.

## **CÍLE A ÚKOLY PRÁCE**

Hlavním cílem mé bakalářské práce je zjistit a porovnat podmínky na školách pro výuku atletiky v hodinách tělesné výchovy. Výzkum jsem zaměřila na 2. stupeň základních škol ve městech a vesnicích Středočeského kraje.

## **VEDLEJŠÍ CÍLE A ÚKOLY PRÁCE**

Pro dosažení výše uvedeného cíle byly stanoveny tyto dílčí cíle a úkoly:

1. Zjistit mobilní i nemobilní materiální vybavení na školách.
2. Určit nejvíce vyučované atletické disciplíny v hodinách tělesné výchovy.
3. Zjistit vzdělání učitelů tělesné výchovy.
4. Analyzovat rozložení výuky atletiky v 10měsíčním cyklu.
5. Provést šetření, zda škola dostává finanční podporu na nákup prostředků pro výuku atletiky a zda se účastní atletických soutěží.
6. Zjistit osobní vztah učitelů ke sportu a k výuce atletiky. Názor na zařazení atletiky do kontextu tělesné výchovy.
7. Prostudovat odbornou literaturu vztahující se k této problematice.
8. Určit oblast, kde má být průzkum realizován (Středočeský kraj).
9. Zvolit města a vesnice ve výzkumné oblasti.
10. Zvolit si cílovou skupinu dotazovaných (2. stupeň základní školy).
11. Sestavit dotazník pro určenou dotazovanou skupinu.
12. Oslovit vyučující z vybraných měst a vesnic a předat jim dotazník k vyplnění.
13. Porovnat a vyhodnotit získaná data.
14. Vypracovat interpretaci diskusí a stanovit závěry.

# I TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Atletika v kontextu tělesné kultury a tělesné výchovy

### 1.1 Historie atletiky

---

Základy atletiky můžeme nalézt i v samotných dějinách lidské civilizace. Pro přežití a obstarání potravy bylo nutné, aby člověk uměl běhat, skákat a házet. Přesto začátky lehké atletiky u nás sahají do druhé poloviny 19. století, kdy se skupinka mládeže odpoutala od populárních profesionálních sportů a začala pěstovat atletická cvičení. První neorganizované závody se konaly v běhu, skoku a vrhu a na úkor toho postupně začaly vznikat atletické kluby (Choutková, 1989).

O první dochované zápisky o vývoji atletiky se postarali bratři Otakar, Karel a Josef Malečkovi, kteří své první atletické kroky zapisovali do svého zápisníku. V kavárně četli zahraniční časopisy o pořádání atletických závodů a snažili se je spolu se svými kamarády napodobit.

Nejvýznamněji se na rozvoji atletiky podílel Sokol, který atletiku prováděl pod názvem „tělocvik prostý“. Kromě Sokola, který pravidelně pořádal atletické soutěže (historicky první atletické závody se konaly 17. ledna 1867), se začíná rozrůstat i soutěžení ve sportovních klubech.

V tomto období (až do roku 1898) se postupně konaly závody, na kterých měly premiéru tradiční (ve srovnání s dnešní atletikou) i netradiční atletické disciplíny: skok do výšky a skok do dálky (r. 1867), skok o tyči (r. 1869) skok do výšky (z můstku), útokem do výšky, běh a oštěp (r. 1887), závod na 120 kroků, na 660 kroků (r. 1887), závod na 200m, běh 1 anglické míle, šestihodinový závod v libovolném stylu (r. 1888), běh na 100m, 4hodinový běh, závod na 600m překážek (přeskočit 80cm vysokou překážku, poté podlézt 40cm vysokou překážku a přelézt bariéru ve výši dva metry) (r. 1889), závod třínohý na 180m, závod čtvrt hodinový v chůzi, běh na 50m pozpátku, závod v kopu fotbalového míče do dálky a přetahování lana družstev (r. 1890) (Jirka, 1997).

Největší rozkvět atletiky byl zaznamenán po prvních novodobých olympijských hrách v roce 1896, a to také dalo příčinu vzniku České atletické amatérské unie (ČAAU), která

organizovala a sdružovala 11 klubů, které pěstovaly těžkou atletiku, bruslení, kopanou, jachting, tenis a lehkou atletiku (Bosák, 1969).

## **1.2 Historie školní tělesné výchovy**

---

### **Vývoj školní tělesné výchovy do roku 1918**

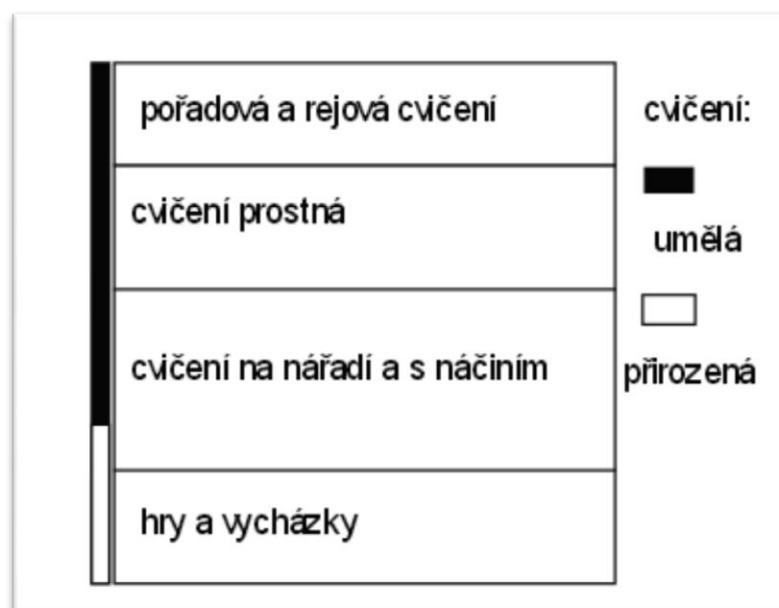
O tělesnou výchovu se nepřímo zajímal ve svých dílech Jan Ámos Komenský, který vycházel z potřeby přirozeného pohybu nejen u starších dětí, ale tělesná cvičení a hry začlenil i do výchovy dětí v mateřské školce. Tělesný pohyb se nemá zakazovat, ale podporovat, protože je nezbytný pro uchování zdraví dítěte. Mezi doporučené aktivity zařadil hry s míčem, běh, procházky a skoky o závod. Vždy ale v doprovodu a pod vedením pedagoga. Jako nejlepší prostředek k pohybové aktivitě určil právě hry, protože nejen rozvíjí pohybové schopnosti, ale jsou i významným prostředkem výchovy a vzdělání. Naopak vyvarovat by se mělo plavání, šermu a tvrdému zápasu (Rychtecký, 2000).

V Tereziánském školním řádě se pamatovalo i na tělesná cvičení a doporučovalo se zakládání hřišť (u školy i v obci) i přesto, že nezaváděl tělesnou výchovu jako povinný předmět do osnov (Kössl, 2000).

Komenského vliv se postupně ukazuje v době, kdy se chystaly návrhy pro reformu českého školství. Ve prospěch tělesné výchovy hraje velkou roli její výchovný a zdravotní cíl. Jako nepovinný předmět byla tělesná výchova zařazena v 50. letech 19. století na několika reálkách a gymnáziích např. v Praze, Hradci Králové, České Lípě a Plzni.

Až v roce 1869, po porážce Rakouska ve válce s Pruskem, byla tělesná výchova zařazena jako povinný předmět do škol. Základ byl stanoven v roce 1870 a vymezuje tři okruhy učiva tělesných cvičení: prostná, pořadová a nářadová.

Jako první jsou uváděny osnovy autorů Spiesse a Maula. Rozvoj síly, odvahy a sebedůvěry patřily k cílům tělesné výchovy. Rozsah výuky byl dán na 2 vyučování hodiny týdně.



OBR. 1: SPIESS – MAULOVY OSNOVY ŠKOLNÍ TV (1874)

Učební osnovy se vlivem okolních států neustále měnily. Nejvýraznější změny nastaly roku 1911 pro chlapce. Do osnov byly zařazeny nepovinné hry se sportovní orientací.

Ženský tělocvik ve školní tělesné výchově byl zrušen roku 1883. Ale roku 1910 byl zařazen zpět, avšak hodiny musely být vedeny ženskou osobou. U dívek se pěstovalo zdravé a krásné tělo, smysl pro pohyb, rozvíjela se bystrost a odvaha. Rozložení byla pouze jedna hodina týdně.

## Vývoj tělesné výchovy po roce 1918

Po vzniku samostatné ČSR byla neustále měněna koncepce školní tělesné výchovy. Roku 1924 na základě Tyršovy soustavy bylo do osnov zařazeno sezonní cvičení a sporty v přírodě. Jednalo se o lyžování, sáňkování a bruslení. Změnil se i rozsah výuky u dívek - nově se cvičily dvě hodiny týdně, ale jen za předpokladu, že na škole bylo alespoň 20 dívek (Rychtecký, 2000).

Vlivem novorakouské školy ve třicátých letech byl žák chápán jako objekt, nikoliv jako subjekt vzdělání a výchovy. V osnovách se dávalo přednost hromadnému vedení, tzv. přirozenému cvičení. U dívek se zavedla rytmická gymnastika. K rozvoji individuálních schopností žáka pozitivně přispívaly hravost a přirozený pohyb. Obsah tělesné výchovy byl doplněn o sportovní aktivity a časová dotace zůstala stejná - na 2 hodinách týdně.

Špatné materiální podmínky se projevovaly na vzdělání učitelů a to negativně ovlivňovalo charakter přípravy hodin. Pouze 11,3% z počtu 16 081 národních škol mělo vlastní tělocvičnu a 45,3% vlastní hřiště.

Také vzdělání učitelů na národních školách bylo na špatné úrovni. Za správný krok vpřed se považoval až vznik státních tělovýchovných kurzů, které byly organizovány ministerstvem veřejného zdravotnictví a tělesné výchovy. Z pravidla trvaly 1-14 dní a v roce 1936 se přidaly i prázdninové kurzy, trvající až čtyři týdny.

Učitelé tělesné výchovy na středních školách byli vzděláváni na kurzech v Brně a v Praze, které byly založeny v roce 1922 (Kössl,2000).

Během 2. světové války byl rozsah výuky zvýšen na 4 hodiny týdně a předměty se nově vyučovaly s důrazným branným obsahem výuky.

Po druhé světové válce začaly do výuky tělesné výchovy pronikat nové vlivy. Nově byl zvolen cíl výchovy: zdravotní, vzdělávací a výchovný. Nově docházelo k upravování metod sportovního tréninku. V curriculum se postupně objevila možnost specializovaného vyučování, která dávala prostor pro výuku sportovní specializace.

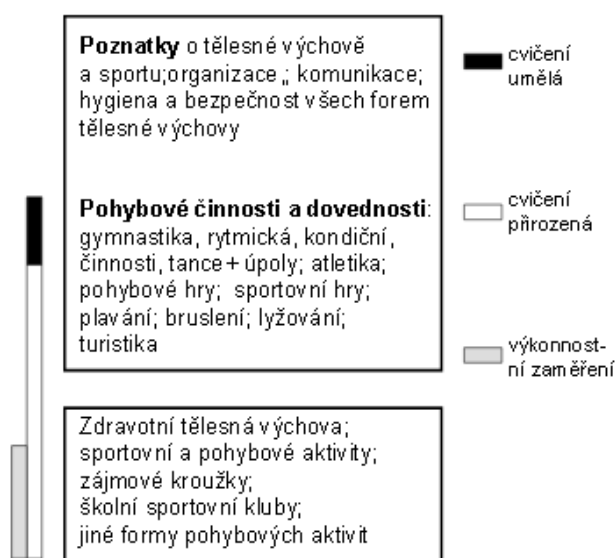
V roce 1954 došlo ke zvýšení výkonnostních požadavků na žáky - byly stanoveny konkrétní úkoly pro plnění zvyšujících se výkonnostních limitů. Žáci byli hodnoceni na základě kontrolních cviků nebo při plnění odznaku zdatnosti. Tento přístup získal ale mnoho negativních reakcí, a proto byl roku 1957 z osnov odstraněn.

Roku 1960 byly zavedeny jednotné osnovy tělesné výchovy pro chlapce a dívky od 6-19 let, které měly za úkol propojit tělesnou výchovu na školách s mimoškolní zájmovou činností. Učivo bylo rozděleno do tří stupňů: první stupeň, tělovýchovná jednota a výkonnostní sport. Povinná školní docházka spadala do prvního základního stupně.



OBR. 2: JEDNOTNÉ OSNOVY TĚLESNÉ VÝCHOVY (1960)

Společenské změny, které nastaly v roce 1989, přispěly také ke změně osnov tělesné výchovy. Dotace byla stanovena na 2-3 hodiny týdně podle možností školy. Umožněna byla i forma soustředěného vyučování, do kterého zařadili kurzy a sportovní tábory. Nově vznikala činnost sportovních klubů přímo na školách (Asociace školních sportovních klubů) (Rychtecký, 2000).



OBR. 3: OSNOVY ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVY (ZÁKLADNÍ ŠKOLA 1997)

### 1.3 Atletika v osnovách školní tělesné výchovy

---

Atletika je zařazena do programu tělesné výchovy na základních i středních školách od druhé poloviny 19. století. Atletika má bezpochyby největší podíl na všestranném rozvoji dětí a mládeže. Chůze, běh, skok a hod patří do struktury běžného života dětí. Prohlubování a zlepšování se v těchto dovednostech může vést k odstranění jednostranného zatížení v běžném životě (Choutková a Fejtek, 1991).

Dle Jeřábka (1996) zahrnuje atletika cca 20% času hodin tělesné výchovy u hochů a 16% u dívek. Rozložení výuky bývá 2 hodiny týdně. O sestavování tematického plánu a výběru učiva rozhoduje sám učitel (Tupý, Svatoň a Linhart, 1994).

Atletika není jen nácvik několika disciplín, ale sportovec se zapojuje i do různých sociálních rolí vyžadujících tvořivost a spolupráci s rychlým rozhodováním a dobrými organizačními schopnostmi.

Atletika také zdokonaluje a upevňuje pohybové dovednosti, jako je síla, rychlost, obratnost a vytrvalost, které jsou základem pro všechna další sportovní odvětví (Lopata, 1962). Zkušenosti, které získají žáci při hodinách TV na druhém stupni, si při dalším přiměřeném cvičení udržují po celý život (Choutková, Vomáčka a Blahušová, 1979).

V hodinách tělesné výchovy se zaměřením na atletiku si žáci osvojují následující atletické činnosti:

- Skoky: odrazová průprava, skok do dálky skrčnou technikou, skok do výšky způsobem flop
- Běhy: základy techniky šlapavého a švihového běhu, nízký start, štafetové předávky, vytrvalý běh
- Hody/vrhy: obecné odhody koulí, koulařská gymnastika, vrh koulí z místa i se sunem (dívky 3kg, chlapci 4kg), hod míčkem z místa i z rozběhu (Jeřábek, 1996)

Součástí učiva by také měla být průpravná cvičení, i když se o nich konkrétně nepíše v osnovách. Tyto cvičení sice přímo nesouvisí s probíranými atletickými disciplínami, ale utvářejí předpoklady pro zvládnutí techniky a zlepšování se v ní.



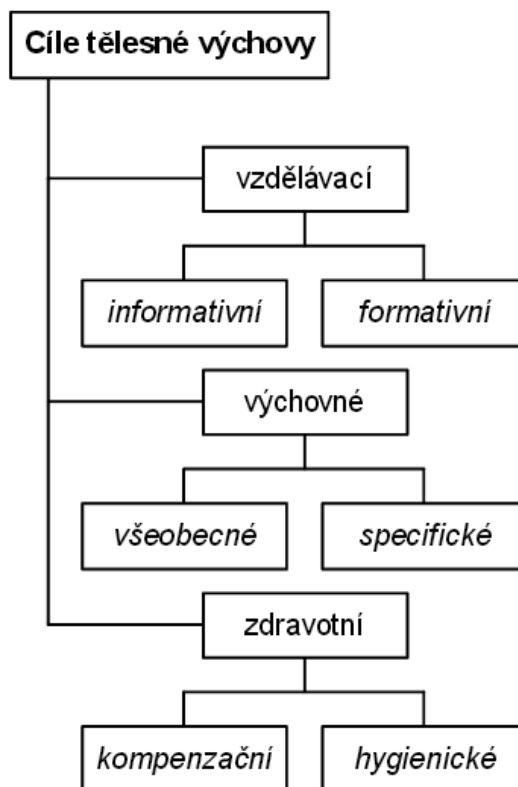
Na pozitivním přisunu sportu ze zdravotního a výchovného hlediska na žáky by se měla podílet nejen škola, ale i rodina a sportovní organizační centra (Vindušková, Kaplan a Metelková, 1998).

## 1.4 Cíle tělesné výchovy

Cílem tělesné výchovy prováděné na druhém stupni základní školy je maximálně rozvíjet pohybové a funkční schopnosti žáka, upevnit návyky správného držení těla, osvojit si pro život fyziologicky účinné sportovní činnosti, návyky a poznatky a pěstovat kladný vztah k tělesnému pohybu (učební osnovy, 1977).

Nedílnou součástí vyučovacího procesu je i výchova žáků, zejména formování kladných osobnostních vlastností – cílevědomosti, houževnatosti, ukázněnosti a vůle po dosažení nejlepšího výkonu (učební osnovy, 1989).

Obrázek č. 4 znázorňuje konkrétní cíle tělesné výchovy. Tyto cíle můžeme rozdělit na tři hlavní: vzdělávací, výchovné a zdravotní.



OBR. 4: CÍLE TĚLESNÉ VÝCHOVY

V informativní složce vzdělávacích cílů nalezneme zásady správné životosprávy, osvojování činností z atletiky, gymnastiky, plavání nebo např. lyžování a metody tělesného sebezdokonalování. Do formativní složky řadíme senzorické a intelektové schopnosti, harmonii, přesnost, ladnost či rytmus patřící do kvalitního pohybového projevu. V neposlední řadě sem patří i rozvinuté základní pohybové schopnosti (vytrvalost, síla apod.).

Ochranu životního prostředí a lásku k přírodě zařadíme do všeobecných výchovných cílů. Dále tam patří pozitivní mravní a charakterové vlastnosti (iniciativa, samostatnost, kázeň, odvaha a také zájem utvářet krásný pohyb a lidské vztahy). Kladný postoj k pohybové aktivitě, tělesná zdatnost a funkční rozvoj, nebo kladný postoj k pohybové aktivitě najdeme ve specifických výchovných cílech.

Dostatek spánku a každodenní pohybové aktivity, zdravá výživa, hygienické návyky, regenerace sil a kompenzace jednostranné zátěže nalezneme v hygienických a kompenzačních složkách zdravotních cílů tělesné výchovy (Rychtecký a Fialová, 2000, s. 35).

## **1.5 Analýza nejznámějších zdrojů**

---

S ohledem na celkovou problematiku tělesné výchovy na základních školách a zároveň i tématu mé bakalářské práce jsem se podívala do odborných časopisů, zda na toto téma bylo už někdy upozorňováno. Mgr. Petr Kárný (2000, s. 46-47) poukazuje v časopise Tělesná výchova a sport mládeže, na fakt, že by měla být atletice věnována náležitá pozornost, jelikož nám pokládá základy pro další sportovní odvětví. Diplomantka M. Hrušková, posluchačka fakulty FP TI v Liberci, zjišťovala podmínky pro výuku atletiky v regionu Havlíčkův Brod. Samotný výzkum se týkal 16 škol, 35 učitelů a 633 žáků 7. a 8. ročníku. Celkové výsledky nejsou pozitivní. Malá většina škol má k dispozici kompletně vybavený atletický stadion. Větší část zúčastněných škol pak k dispozici samotný stadion má, ale nenajdeme na něm sektor pro skok vysoký. Materiální vybavení se ukázalo na vysoké úrovni, kdy ho využívá 87,5% škol. Týkalo se to především laťky pro skok vysoký, štafetových kolíků, granátů, pásma či stopek. Průzkum odbornosti učitelů odhalil, že celá 1/3 je nekvalifikovaná. Ani na jedné škole nemají možnost sportování v atletickém kroužku, který slouží mimo jiné k hledání atletických talentů a k rozvíjení jejich schopností a dovedností. Na druhou stranu atletice věnují v hodinách TV dostatek času (cca 20% všech hodin TV).

Výzkum zahrnoval i žákovské dotazníky, ze kterých vyšlo najevo, že děti atletiku považují za jednu z neoblíbených sportů, vedle gymnastiky. Nejvíce žáky baví skok vysoký a sprinty, nejméně vrh koulí a běhy nad 800m výš.

O 11 let později vyšel ve stejném odborném časopise podobný článek. Aleš Kaplan (2011, s. 29-33) spolu s diplomantkou Petrou Hochmanovou zjišťovali konkrétní úroveň atletiky na základní škole. Za nejdůležitější považovali způsob vyučování samotné atletiky na základních školách, tedy atletickou praxi, a proto poukazují mimo jiné i na RVP, ze kterého můžeme vnímat určité rozdílné přístupy nejen k samotné atletice ve srovnání s dřívějšími osnovami. Je na samotném učiteli, jak se k problému postaví a zda ho bude řešit, nebo se jen poveze na stejné vlně.

Aktuální stav hodin atletiky se rozhodli sledovat u třech vybraných základních škol a dvou víceletých gymnázií. V průběhu deseti hodin, ve školním roce 2008/2009, zjišťovali zastoupení jednotlivých atletických disciplín v hodinách, metody nácviku atletických dovedností a jejich upevňování, využívání tradičních i netradičních pomůcek a sledování stupně zábavnosti atletických aktivit. Po zpracování dat zjistili, že je používáno pouze standardní vybavení a k zábavnosti či motivaci samotných dětí docházelo minimálně. Je tedy zřejmé, že výuka atletiky je často stereotypní a nenajdeme v ní tvořivost a určitou představitelství učitelů. I když jsou žáci velice aktivní, vcelku je to nebaví a nemají motivaci ke zlepšování se v jednotlivých výsledcích. Tento problém je také spojován s malými fyzickými dispozicemi žáků.

Závěr těchto periodik je stejný. Ani v jednom případě nechtějí výsledky zobecňovat nebo z nich vyvozovat kritické závěry, ale atletika, jako královna sportu a olympijská disciplína, by si zasloužila ze stran školských orgánů a učitelů TV větší pozornost. Jak už z pohledu materiálního vybavení (náradí a náčiní) tak i v efektivnosti a kvalitě výuky (proměnlivé didaktické formy, metody a cíle, proměňování tempa a prostředí výuky, využívání co nejpestřejšího spektra atletických soutěží).

Svůj názor na atletiku vyučovanou na základních školách vyjádřila také Taťána Metelková (2012, s. 6-8), která hledala smysl sportování, konkrétně atletiky, mezi mládeží. Atletika je velice náročný sport a ne každý je v dnešní technicky zaměřené době ochoten obětovat ji čas. Svůj podíl hrají také špatné materiální nebo finanční podmínky. Proto se

pořádá mnoho školních soutěží (Pohár rozhlasu, Kinderiáda, Corny středoškolský pohár), které se snaží vyvolat v dětech touhu věnovat se této královské disciplíně.

V poslední době získává atletika v mateřských školách velkou oblibu. Téměř v každém atletickém oddíle najdeme přípravku pro děti ve věku 5-7 let. Biologický věk těchto dětí je v podstatě stejný, proto je jedno s jakými schopnostmi do kroužku vstoupíte. Děti se učí novým dovednostem, ale hlavně radosti z pohybu a z dosažených výsledků.

Nástupem do první třídy pohybová aktivita u dětí neopadá. Po zaběhnutí školního režimu a několikahodinovém sezení v lavicích preferují nejen děti, ale i jejich rodiče odpolední pohybové aktivity. V dnešní době mohou být problémem příliš ambiciózní rodiče, kteří přihlašují děti na velké množství kroužků. Následkem často bývá, že děti se nevěnují ani jednomu koníčku pořádně.

S nástupem do vyšších ročníků se děti začnou více angažovat v činnostech, které mají nejvíce v oblibě. Často proto dochází k úbytku příznivců atletiky. U dětí, které ale i přesto u atletiky vytrvají, dochází k velkému zlepšení a zvládnutí těžších koordinačních cvičení (skákání přes švihadlo, hod kriketovým míčkem z náprahu a poté i s rozběhem). Atletika má velký přínos i v jiných oblastech našeho života. Pomáhá nám vypořádat se se změnami, ke kterým dochází v průběhu dospívání. Získáváme díky ní mnoho hodnotných vlastností, mezi které patří např. trpělivost, píle, tolerance, čest a fair-play.

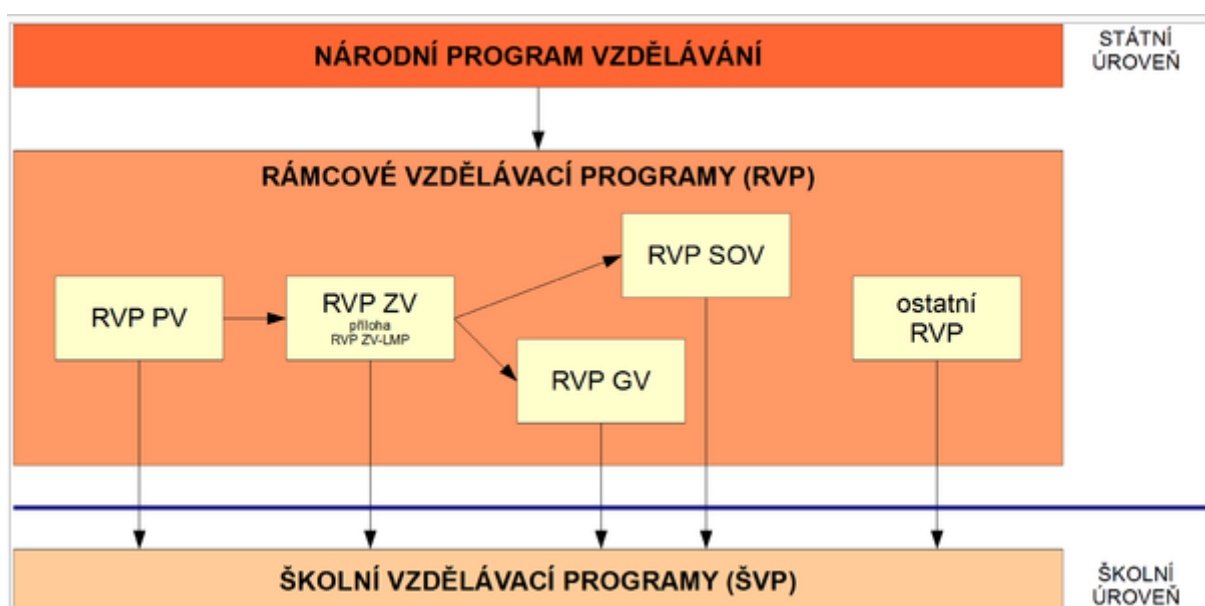
Metelková dále popisuje atletiku na VŠ v Hradci Králové, kde nedostatkem financí a špatným kreditním systémem trpí samotná výuka atletiky v kontextu přípravy budoucích učitelů TV.

Na závěr přeje atletice mnohem více aktivních zájemců nejen z řad mládeže, ale i dospělých osob.

## 1.6 Rámcový vzdělávací plán

Rámcový vzdělávací program (dále jen RVP), zakotvený v zákoně č. 561/2004, je spolu s projektem Národního programu pro rozvoj vzdělání (tzv. Bílá Kniha) v České republice definován jako nejvyšší úroveň vzdělání. Tento program (RVP) obsahuje nové principy v politice vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Kurikulární dokumenty jsou nově vytvářeny na dvou úrovních – na úrovni státní a úrovni školské.

Národní programy vzdělávání a RVP nalezneme v úrovni státní. Národní program vymezuje počáteční vzdělání jako celek a RVP vymezuje rámec vzdělání pro jednotlivé etapy – předškolní, základní a střední vzdělání. Školní úroveň zahrnují školní vzdělávací plány, které si každá škola vytváří sama, podle zásad stanovených v příslušném RVP.



OBR. 5: SYSTÉM KURIKULÁRNÍCH DOKUMENTŮ

Obsah základního vzdělání je v RVP orientačně rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí. Tělesnou výchovu můžeme najít v oblasti Člověk a zdraví, spolu s výchovou ke zdraví.

Tato oblast představuje zdraví jako vyvážený stav duševní, tělesné a sociální pohody. Může ho ovlivnit několik aspektů, jako je styl života, kvalita mezilidských vztahů, bezpečí

člověka nebo kvalita životního prostředí. Zdraví je základním předpokladem pro spokojený a aktivní život a proto je jeho ochrana jednou z priorit základního vzdělání.

Tělesná výchova směřuje nejen k poznání vlastních pohybových zájmů a možností, ale také k poznání účinků konkrétních činností na duševní a sociální pohodu a na tělesnou zdatnost. Pohybové schopnosti postupují od spontánní činnosti žáků k činnosti výběrové a řízené. Hlavním cílem při osvojování pohybových dovedností v základním vzdělání je žákův prožitek z pohybu a z komunikace při pohybu (Jeřábek, 2005).

## **Očekávané výstupy žáka a učivo**

### **1) ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ**

#### **„Očekávané výstupy žáka**

- *Vstupuje do organizace svého pohybového režimu*
- *Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti*
- *Odmítá drogy a jiné škodlivé látky neslučitelné se sportovní etikou a zdravím*
- *Prosazuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť*

#### **UČIVO**

- *Zdravotně orientovaná zdatnost*
- *Rekreační a výkonnostní sport*
- *Průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení*
- *Bezpečnost a hygiena při pohybových činnostech“*

*(RVP, 2005, s. 77)*

### **2) ČINNOST OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ**

#### **„Očekávané výstupy žáka**

- *Zvládá osvojované pohybové dovednosti a tvořivá aplikace ve hře, soutěži a při rekreačních činnostech*
- *Posuzuje provedení pohybových činností, označuje jejich nedostatky a možné příčiny*

#### **UČIVO**

- *Pohybové hry, netradiční pohybové hry*

- *Gymnastika*
- *Estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmičtých doprovodem*
- *Úpoly*
- *Atletika*
- *Sportovní hry*
- *Turistika a pobyt v přírodě*
- *Plavání, lyžování, bruslení, snowboarding*
- *Další pohybové činnosti (i netradiční)“*

(RVP, 2005, s. 78)

### 3) ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

#### „Očekávané výstupy žáka

- *Užívá osvojená názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka*
- *Organizuje jednoduché turnaje, závody, turistické akce*
- *Zpracovává naměřená data a informace o pohybových aktivitách*
- *Dodržuje a hledá nejlepší taktiky pro úspěch družstva*
- *Rozlišuje práva a povinnosti vyplývající z role diváka, hráče, organizátora a rozhodčího*
- *Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – pomoc handicapovaným, ochrana přírody při sportu, čestnost a respekt k opačnému pohlaví*

#### UČIVO

- *Komunikace v TV – signály, povel, značky, gesta, základy grafického zápisu pohybu*
- *Zásady jednání a chování v různém prostředí*
- *Historie a současnost sportu*
- *Pravidla her, závodů a soutěží*
- *Měření výkonů a posuzování pohybových dovedností“*

(RVP, 2005, s. 78,79)

## 1.7 Rámcový vzdělávací plán vs. osnovy

---

V kapitole č. 1.6 jsme si hlouběji rozvedli rámcový vzdělávací plán, který nabyl působnosti roku 2004. Do té doby byly vydávány osnovy, podle kterých se měli učitelé tělesné výchovy řídit a sestavovat učební plány na daný školní rok pro jednotlivé ročníky.

Koncepce hodin a rozložení výuky zůstal stejný. Učební osnovy (nyní RVP) pro 2. stupeň základní školy předepisují pro výuku atletiky běh rychlý a vytrvalý, překážkový a štafetový běh, skok do výšky, skok do dálky, hod granátem nebo kriketovým míčkem a vrh koulí.

V osnovách také bylo uvedeno povinné vybavení na hodiny TV:

#### **Učební pomůcky (atletika) dle učebních osnov z roku 1977:**

▪ Kriketový míček 150g	15ks
▪ Granát 350g	15ks
▪ Koule 3 kg	10ks
▪ Koule 4kg	10ks
▪ Koule 5kg	10ks
▪ Štafetové kolíky	12ks
▪ Souprava pro skok vysoký	2ks
▪ Stopky	3ks
▪ Pásma (10 a 50m)	
▪ Závodní čísla 1-50	
▪ Značky pro vrhy 1-20	
▪ Laťka pro skok vysoký	
▪ Startovní bloky	
▪ Startovací pistole	
▪ Potřeby pro úpravu doskočiště	

#### **Učební pomůcky dle učebních osnov z roku 1983**

▪ Kriketový míček 150g	15ks
▪ Koule 3kg	10ks
▪ Koule 4 kg	10ks
▪ Štafetové kolíky	12ks
▪ Souprava pro skok vysoký	2ks
▪ Stopky	3ks
▪ Pásma 10m a 50m	2ks
▪ Laťka pro skok vysoký	3ks
▪ Bloky	8ks
▪ Startovací pistole	1ks
▪ Pěnové matrace	2ks



Když shrneme učební plány z roku 1977 a 1989, výuka atletiky by měla být rozložena následujícím způsobem:

○ **6. a 7. ročník**

- Vytrvalostní běh v terénu do 800m, v 7. ročníku do 1000m, na dráze hoši 600m a dívky 500m,
- běžecká technika, zlepšování rychlosti herní formou, letný start, nízký start, kontrolní trať 60m,
- štafetové hry, nácvik předávky, v 7. ročníku štafetový běh 4x60m,
- běh přes překážky, v 7. ročníku překážkový rytmus,
- skok daleký – důraz na spojení rozběhu s odrazem, skrčný způsob,
- skok vysoký – valivý způsob – důraz na spojení rozběhu s odrazem, v 7. ročníku na odraz a švih,
- hod míčkem 150g na dálku i na cíl vrchním obloukem z místa, z chůze i z krátkého rozběhu.

○ **8. a 9. ročník**

- Vytrvalostní běh v terénu hoši 2000m, dívky 1000 m, na dráze hoši 1000m, dívky 600metrů,
- zdokonalování techniky, padavý start, nízký start z bloků, kontrolní trať 60m, hoši v 9. ročníku i 100m,
- štafetový běh 4x60m (v 9. ročníku i 4x100m), cvičně i více kratších úseků, zdokonalování předávky. Překážkový běh na upravené (vzdálenosti, výška a počet překážek) i celé trati – 60m,
- skok daleký – kročný způsob, důraz na uvolněný let a doskok,
- skok vysoký – důraz na techniku přechodu přes laťku valivým způsobem (podle podmínek),
- hod granátem 350g na dálku i na cíl – z plného rozběhu.
- Vrh koulí (hoši 4-5kg, dívky 3kg) z čelného i zádového postavení, z místa i se sunem.

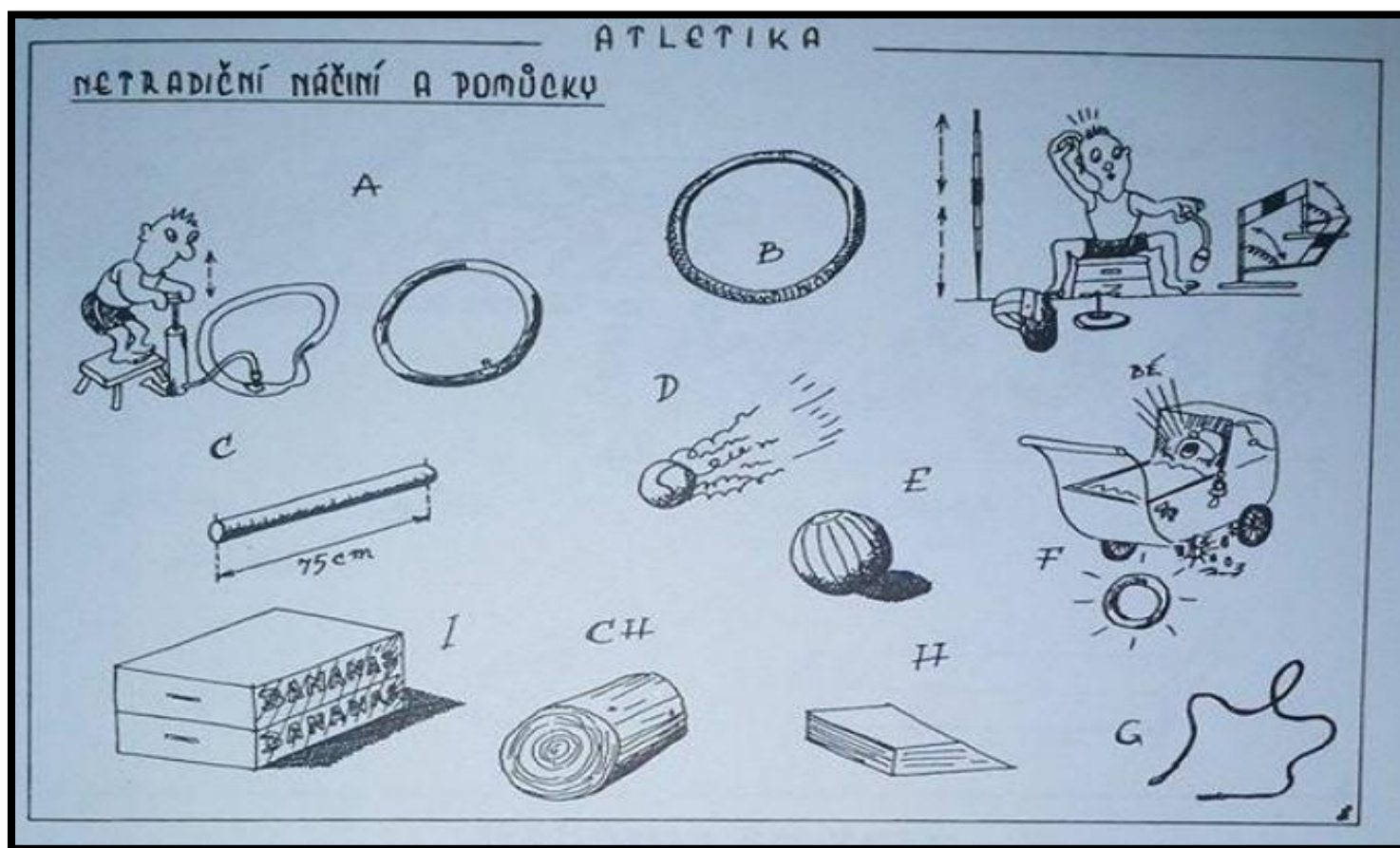
Schválením RVP dostali učitelé možnost si vytvořit vlastní programy dle svých představ a zkušeností. Mohou proto některé části vynechat a jiným se věnovat delší dobu, což před schválením RVP nebylo možné, neboť se vyžadovalo striktní dodržování učebních osnov.

Největším rozdílem mezi RVP a osnovami jsou tzv. klíčové kompetence, které by měly být provázané se vzdělávacím obsahem, a uplatnění získaných dovedností a vědomostí v praktickém životě. Jedná se o kompetence občanské, pracovní, sociální a personální, komunikativní a dále také kompetence k učení a k řešení problémů (Jeřábek, 2005).

## 2 Alternativní metody pro výuku atletiky

### 2.1 Netradiční náčiní a pomůcky

Pro výuku atletických disciplín je možné využít nespočet netradičních pomůcek, které mohou být dostačující k tomu, aby děti zvládly správné technické provedení. Také mohou sloužit ke zpestření nácviku dané disciplíny.



OBR. 6: NETRADIČNÍ NÁČINÍ A POMŮCKY PRO VÝUKU ATLETIKY

Obrázek č. 6 tyto pomůcky popisuje:

- Písmena A a B – duše a plášť z jízdního kola
  - Užití: rotační hody, terč, vymezení odrazu
- Písmeno C – dřevěná tyč
  - Užití: hody (vrchním obloukem), značky, mety
- Písmeno D – míček omotaný třásněmi
  - Užití: hody, přenášený předmět při štafetách

- Písmeno E – hadrový míč („hadrák“)
  - Užití: hody, štafety, značky pro přebíhání nebo přeskokování
- Písmeno F – gumové kolečko od kočárku
  - Užití: rotační hody
- Písmeno G – švihadlo
  - Užití: skoky přes švihadlo, běh přes švihadlo položené na zemi, opratě při akceleračním běhu

#### **Pomůcky a nářadí:**

- Písmeno H – dřevěný odřezek
  - Užití: startovní blok
- Písmeno CH – válec z molitanu
  - Užití: nácvik přeběhu překážek
- Písmeno I – krabice od banánů
  - Užití: přebíhání krabic při nácviku běžeckého rytmu pro překážkový běh, přeskokování krabic při nácviku, spojování rozběhu s odrazem, terče při hodech na cíl (Vindušková a kol., 1998, str. 21)

Myslím si, že někteří učitelé mohou tyto netradiční pomůcky odmítat z toho důvodu, že jsou neautorizované, a v případě úrazu by mohli být i soudně stíháni. Proto je velmi důležité dbát na bezpečnost při manipulaci a práci s nimi.

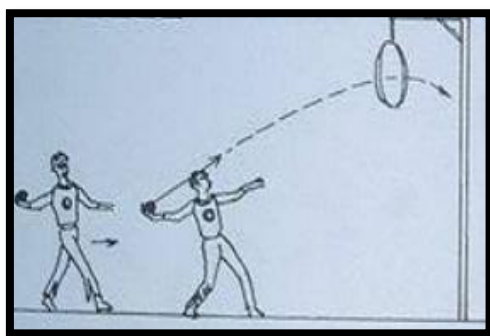
V následujících kapitolách si představíme pár způsobů a metod, jak nacvičit techniku dané disciplíny bez potřebných pomůcek.

## **2.2 Hod kriketovým míčkem**

---

Kriketový míček se stejně jako oštěp hází z náprahu vrchem obloukem jednoruč. Pro tento nácvik se dá využít hned několik pomůcek např: šišky, kameny, sněhové koule, nebo tenisové míčky. Žáci se snaží trefit nebo přehodit dané cíle (strom, švédská bedna, prostor nad žebřinami, deska basketbalového koše) (Vindušková a kol., 1998).

Pro nácvik správného úhlu odhodu můžeme zavěsit obruč, kterou se snaží žáci trefit (obr. 7). Tento cvik se dá cvičit ze 3 až 7m kroků.

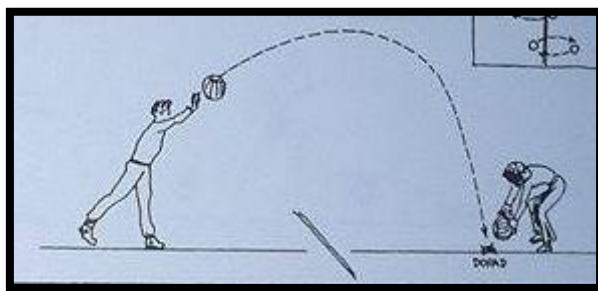


OBR. 7: NÁCVIK HODU KRIKETOVÝM MÍČKEM

## 2.3 Vrh koulí

Při vrhu koulí je základním pohybem trčení, kdy se žáci učí postupně zapojovat svalstvo trupu, nohou a paží (Vindušková a kol., 1998). Před nácvikem samotné techniky je důležité si „osahat“ náčiní a vyzkoušet si „koulařskou gymnastiku“ – hody popředu, pozadu, od prsou, atd. Samotné trčení koule můžeme provádět ze stoje od krku šikmo dolů před sebe. Postupně můžeme trčet kouli vzhůru v před a měnit polohu nohou – podřep nebo výkrok (Valter a kol., 2007).

Jako průpravné cvičení můžeme použít cvičení s těžkými míči ve dvojici proti sobě, kdy se navzájem snaží zahnat na koncovou čáru (obr. 8).



OBR. 8: NÁCVIK TRČENÍ KOULE – HRA NA ZAHÁNĚNOU

Koule pro žáky na druhém stupni ZŠ váží 3kg pro dívky a 4kg pro chlapce. Průměr koule je 13cm u mužů a 11cm u žen. Pokud škola toto náčiní nevlastní, může si vyrobit vlastní – z kůže, nebo použít velký kámen.

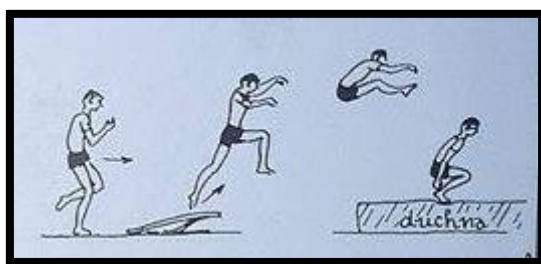
## 2.4 Skok daleký

---

Skok daleký je technická rychlostně silová disciplína, kdy skokan musí zvládnout odraz z přesně vymezeného místa.

Náběh lze natrénovat přeběhem přes jakékoliv „překážky“, jako například krabice od banánů, různé typy míčů nebo také během do svahu – hlavní cíl je běh s vysokým zvedáním kolen a vzpřímeným trupem. Postupně lze zařadit skoky ze tří, pěti nebo sedmi kroků s odrazem jednožej. Pro správný úhel a výšku letu lze přidat i nízkou překážku.

Odraz a letovou fázi potrénujeme z odrazového můstku s doskokem do dřepu do žíněny nebo duchny (obr. 9) (Vinduřková a kol., 1998).



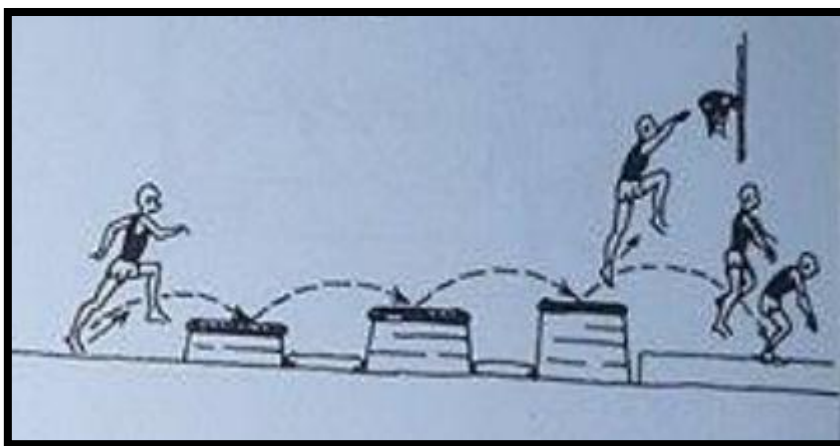
OBR. 9: NÁCVIK SKOKU DALEKÉHO – ODRAZ A LETOVÁ FÁZE

## 2.5 Skok vysoký

---

Skok vysoký patří mezi rychlostně silové disciplíny uplatňující dobrou koordinaci a odrazovou sílu. Správné provedení náběhu jde potrénuvat v lese slalomem mezi stromy – správné vyklánění do oblouků. Odraz můžeme nacvičit v tělocvičně tak, že žáci vybíhají od určené mety a snaží se doskočit na sítku basketbalového koše nebo zavěšené kruhy. Stejným způsobem nacvičíme rotační odrazy.

Další způsob je běh po stupňovaných švédských bednách. Na poslední se odrazí a zdůrazní švih kolenem a pažemi vzhůru vpřed. Poté dopadnou snožmo do molitanové duchny (obr. 10).



OBR. 10: NÁCVIK SKOKU VYSOKÉHO – ODRAZ

Stejně tak lze provádět různé netradiční skoky do duchny – kotoul napřed, hlavou napřed s dopadem na rovná záda, atd. Přejod přes laťku si lze vyzkoušet v leže na jakékoliv rovné ploše, kdy protlačíme pánev vzhůru (Vindušková a kol., 1998). Když nám tento cvik půjde, přejdeme na opakované skoky přípatmo (prohnutě) s odrazem snožmo ze země, nebo z vyvýšeného místa. Místo klasické tvrdé laťky lze použít gumu (Valter a kol., 2007).

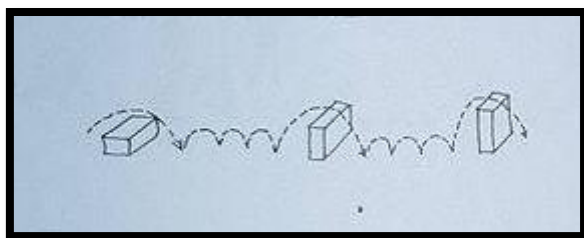
## 2.6 Překážkový běh

---

Překážkový běh tvoří skupinu disciplín běžecko-technického charakteru. Překážkář kromě zvládnutí vlastního běhu překonává uměle rozestavěné překážky na dané trati. Při startovním výstřelu začínáme technikou šlapavého způsobu. Při běhu mezi překážkami a doběhu se využívá technika švihového způsobu běhu. Při překonávání překážek se používá technika přeběhu překážky.

V překážkových bězích je důležitý rozvoj silových, rychlostních, vytrvalostních a obratnostních schopností.

Překážkový běh a rytmus natrénujeme nejlépe v lese, kdy se snažíme použít, tedy přeskočit přírodní překážky. Stejně tak lze použít krabice, které mohou být jinak vysoké (obr. 11).



OBR. 11: ALTERNATIVNÍ VYBAVENÍ PRO PŘEKÁŽKOVÝ BĚH

Správné technické provedení švihové a přetahové nohy lze cvičit u žebřin nebo opřením se rukama o zeď. Postupně do tréninku začleníme chůzi přes překážky (Valter a kol., 2007).

## 2.7 Náměty k vyučování atletiky ze známého zdroje

---

Nyní se podíváme na některé metody pro výuku atletiky, které navrhl doc. PaedDr. Miroslav Fejtek, CSs. a kolektiv (1989/90, s. 373-393) v roce 1988 při změnách učebních osnov. Skupina se rozhodla sledovat výchovně vzdělávací procesy ve školní tělesné výchově. Na základě výsledků navrhla obsahy a jednotlivou organizaci vyučovacích jednotek na druhém stupni základní školy, včetně návodů na vyučování tělesné výchovy podle nových osnov.

Níže se můžeme podívat na příklady vyučovacích jednotek v podzimní části u žáků na druhém stupni cvičící atletiku:

### 6. ročník

V 6. ročníku se podíváme na 2. vyučovací jednotku, kde je hlavním tématem nízký start a hod míčkem. Společně si projdeme nácvik startu z bloku a zdokonalování techniky hodu míčkem. Zaměříme se na sebekontrolu a povíme si, jak zajišťovat bezpečnost při kolektivním výcviku. V úvodní části hodiny si zahrajeme honičku ve dvojicích, poté následuje rozvíčka za chůze. V hlavní části se zaměříme na padavé a letmé starty (6x) nebo starty z bloků (cca 20m). Počet žáků startujících najednou byl stanoven na 6-8.

Při nácviku hodu míčkem žáci stojí ve 2 řadách a hází s rozběhem do předem stanovených pásem bezprostředně 2x za sebou se snahou o zlepšení. V závěrečné části jsou přeskoky se švihadlem na čas.

## **7. ročník**

V 9. vyučovací jednotce 7. ročníku se věnujeme sprintu, skoku do dálky a hodu granátem. V této hodině budeme provádět prověrku výkonnosti i samotné hodnocení. Zaměříme se i na hygienu sportovce. Na začátku si proběhneme překážkovou dráhu, kde nás čeká slalom, přeskoky, podlézání nebo hod na cíl. Poté provedeme rozcvičku v chůzi, ABC v běhu a organizaci trojboje, kdy máme stanovené 2 cvičné pokusy a 3 pokusy na výkon. Ať už při skocích, tak i hodech. Na závěr se vyběháme na 400m dlouhé trati.

## **8. ročník**

Vrhu koulí, štafetovým běhům a skoku do výšky se žáci věnují ve 4. cvičební jednotce. Mají za cíl zlepšit techniku vrhu koulí, stabilizaci předávek a hodnocení techniky flopu. Společně si projdou bezpečnost u vrhu a hodu a denní režim sportovce. Na rozběhání si zahrají na krále ve 3 družstvech a rozcvičku provedou ve dvojicích. Poté následují imitační cvičení pro vrh koulí (násobené suny, kotníkové odrazy, vytáčení nohy).

## **Klasifikace a odstraňování chyb**

V další kapitole se věnují klasifikaci a odstraňování chyb. Za nejdůležitější považují to, aby učitel uměl rozpoznat samotné chyby a uměl je odstranit. U běhu se může jednat o běh v podřepu (žák „sedí“), nebo i běh v záklonu. U startů můžeme upozorovat, že děti vybíhají stejnou nohou i rukou zároveň. Při skoku do dálky žáci často běhají po patách. Při odhodu míčkem je zase častá chyba pokrčování paže při náprahu nebo uklánění při samotném odhodu. Při běhu přes překážky často tělo rotuje nebo je jeho přetahová noha v pokrčení. Skok vysoký přináší rizika malého odrazového úhlu, který má dopad na ploché skoky a malé stoupání. Ve vrhu koulí volí ve většině případů „hod“ koulí a při sunu nemají přenesenou hmotnost na přední nohu.

V článku dále také poukazují na netradiční náčiní při výuce atletických disciplín s důrazem, že atletiku můžeme provozovat prakticky na všech základních školách bez ohledu



na jejich současné vybavení. Např. překážky zhotovíme z proutků, které položíme na vidličky a ty poté zapícháme do země. Snížování či zvyšování překážek korigujeme hloubkou zapíchnutí. Štafetové kolíky můžeme zhotovit ze smetákových holí.

Když tuto kapitolu shrneme, můžeme říci, že se učitelé potýkají s problémem podmínek pro výuku atletiky už několik desítek let. Jak si můžeme všimnout, mnoho se za tu dobu nezměnilo. Tento odborný článek nám dává příležitost prozkoumat správné rozložení výuky i různé výukové metody.

Myslím si, že by po tomto článku, či jemu podobnému, měli sáhnout i dnešní učitelé. Naleznou zde nejen užitečné metody, ale i inspiraci.

## II VÝZKUMNÁ ČÁST

### 3 Metodika výzkumu

#### 3.1 Hypotézy

---

- H1: 80% z dotazovaných škol ve městech disponuje atletickou dráhou a sektory pro skok vysoký a daleký. Na vesnici to bude 50% škol.
- H2: 70% městských škol má k dispozici koule, kriketové míčky, pásmo a překážky. Na vesnici toto vybavení vlastní 40% škol.
- H3: Při atleticky zaměřených hodinách tělesné výchovy se nejvíce v městských školách vyučují skoky, naopak ve školách na vesnici je to běh.
- H4: V městských školách bude mít vysokoškolské vzdělání v oboru TV 80% z dotazovaných učitelů, na vesnici jich bude 50%.
- H5: 70% z dotazovaných škol ve městech a 40% škol z vesnic se atletice v rámci hodin TV věnují 3-4 měsíce ve školním roce.

#### 3.2 Příprava a organizace práce

---

Pro svůj výzkum jsem vybrala města a vesnice ze středočeského kraje, neboť se v něm více pohybuji. Za vesnici se dá považovat ta, která má ve svém statutu *obec* nebo *městys*. Města a vesnice jsem se snažila rozhodit po celé délce a šířce kraje, avšak výběr konkrétních škol byl náhodný. Ve vesnicích jsem hledala základní školy, které mají i 2. stupeň (6. – 9. třída). Všechny školy zahrnuté do výzkumu jsem oslovila osobně, telefonicky nebo elektronickou podobou s prosbou o vyplnění mého dotazníku, který jsem pro tento výzkum vytvořila. Převážná část dotazovaných učitelů tělesné výchovy na druhém stupni ZŠ chtěla poslat dotazník elektronickou podobou.

Celkově jsem oslovila 20 škol na vesnici a 25 škol ve městech. Vyplněných se mi vrátila více než polovina. Pro dobré vyhodnocení dat z výzkumu jsem musela neúplné

dotazníky vyloučit a nakonec bylo k prozkoumání a k vyhodnocení vybráno 10 škol z vesnic a 10 škol z měst.

### **3.3 Metody zpracování a vyhodnocování dat**

---

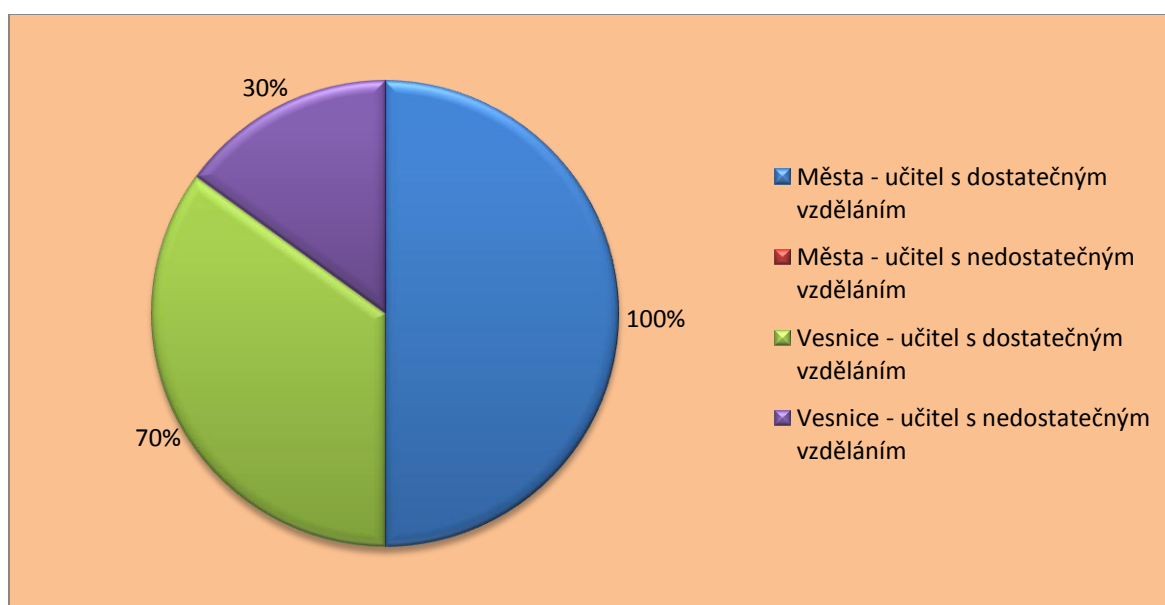
Po sběru dat následovalo jejich zpracování. Získaná data jsem zpracovala do tabulky a grafů v počítačovém programu Microsoft Excel (viz příloha CD). Tabulka obsahovala veškerá data z dotazníku (otázky i celé odpovědi). Před vyhodnocením výsledků z vyplněných dotazníku zanesených do tabulky jsem si stanovila kritéria, která jsou dle mého názoru dostačující pro splnění myšlenky zanesené v daných otázkách dotazníku. Výsledky jsem přepočítala na procenta z celkového počtu dotazovaných. Tato data jsem poté zanesla do grafů.

Díky tomu, že jsou data z dotazníků rozdělena mezi města a vesnice 1:1, jsou grafy rozdělené na polovinu. Pravá polovina výšeče se týká všech škol z vesnic, levá znázorňuje výsledky škol z měst. Obě půlvýšeče jsou pak rozděleny podle jednotlivých výsledků z obou skupin škol.

## 4 Výsledky a jejich interpretace

### 4.1 Vzdělání učitelů

Graf na obr. č. 12 ukazuje úroveň vzdělání učitelů. Jako dostatečné vzdělání jsem určila vysokoškolské vzdělání v oboru TV. Z grafu je patrné, že 70% z dotázaných škol na vesnici splňuje má kritéria, 30% nikoliv. Ve městě toto kritérium splňuje každá z dotazovaných škol.



OBR. 12: GRAF VZDĚLÁNÍ UČITELŮ

Obecně učitel má nejen vzdělávat děti, ale také je naučit seberealizaci a morálním hodnotám. Měl by je umět motivovat, ale také u nich získat důvěru. Tělocvik je proto specifický předmět, který ne každý ovládá. Proto by speciálně tělocvikáři měli být k této práci vystudovaní. V hodině TV hraje hodně psychika dětí. Učitel by měl tento problém umět rozpoznat.

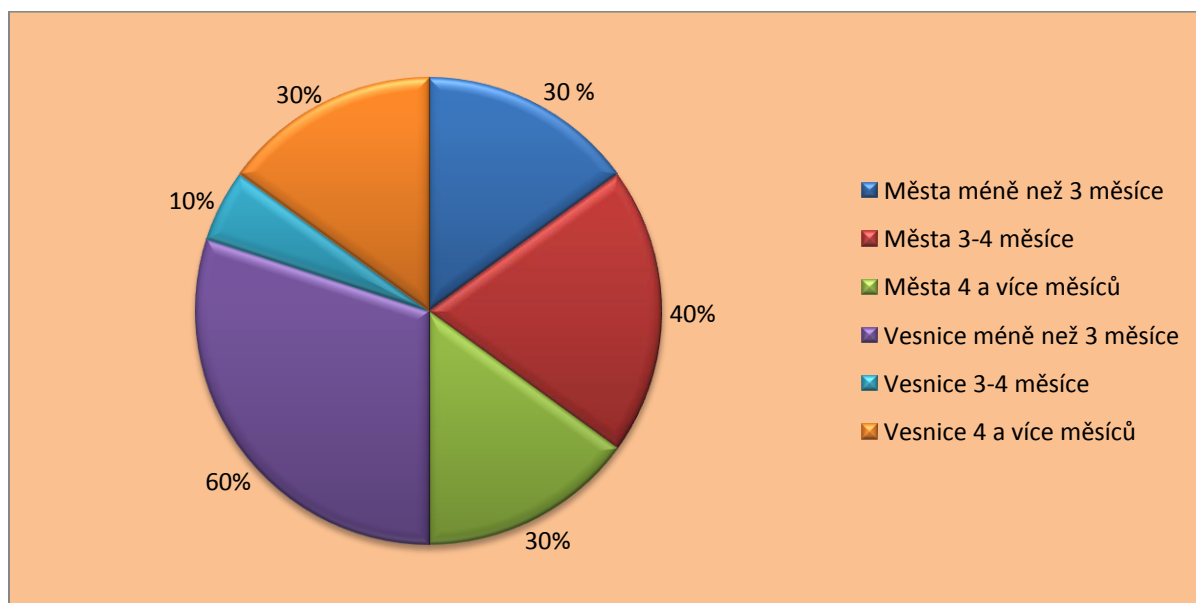
## 4.2 Zaměření hodin TV na atletiku

Graf na obr. č. 13 znázorňuje počet měsíců z celého školního roku, tj. z celkových deseti, kdy je výuka TV zaměřena na atletiku. Jako minimální vyhovující dobu jsem stanovila 3 až 4 měsíce, což je 30 až 40 % všech hodin TV. Z grafu je patrné, že čtyři z dotazovaných škol na vesnicích toto kritérium splňuje, zatímco ve městech je to 70 % škol.

Atletická průprava je pro žáky velice důležitá. Naučí se, jak se správně rozcvičit (protahovací cvičení, běžecké abecedy apod.), jak správně dýchat, běhat a jak využívat osvojené schopnosti a dovednosti při jiných sportech. Neméně důležitou náplní atletické průpravy je bezesporu práce s vlastním tělem. Žáci se naučí, jak ho ovládat a jak o něj pečovat a předejít úrazům.

Atletika je natolik komplexní odvětví sportu, že zde všichni žáci mohou najít disciplínu, ve které najdou zalíbení. Při atletice nepracujete jen na svém těle, ale také obohacujete a trénujete psychickou stránku. Učíte se soutěživosti, samostatnosti a především zodpovědnosti za sebe a svůj výkon.

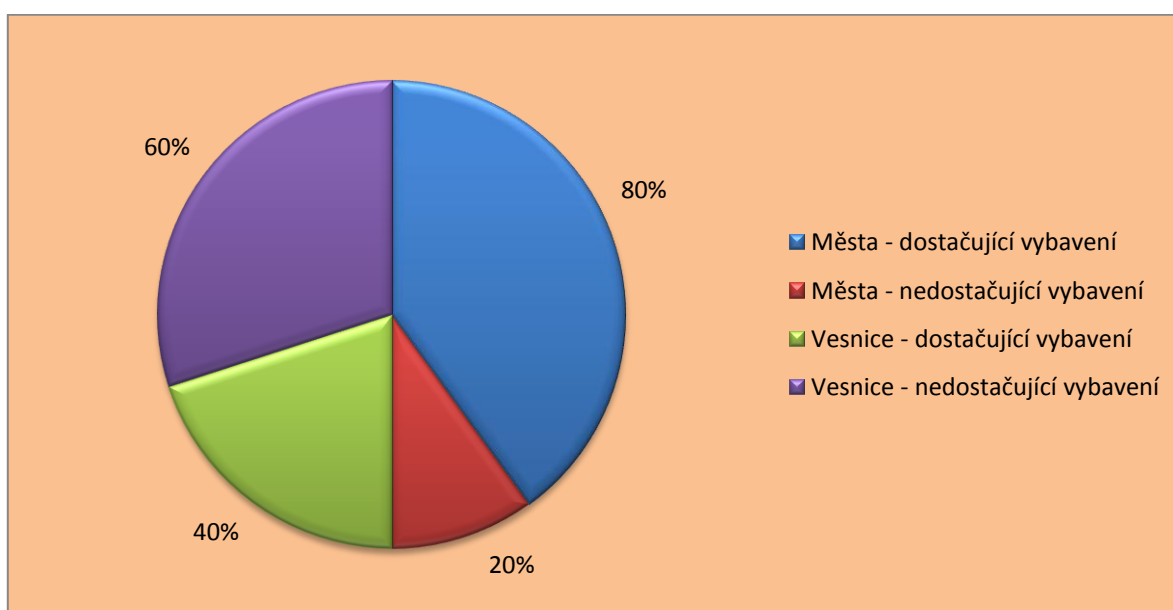
Myslím si, že minimální hodnota 30 % z počtu celkových hodin, které jsou zaměřeny na atletiku, je přiměřená. I 40 % není neúnosný požadavek, respektuji však, že některé hodiny mohou být pro atletiku "nevhodné" (např. deštivé dny). Zbýlých 70 % (resp. 60 %) je dostatečné množství času pro nácvik dalších sportů, které jsou v osnovách uvedeny (gymnastika, sportovní hry, pohybové hry apod).



OBR. 13: GRAF POČTU MĚSÍCŮ, KDY JE VÝUKA TV ZAMĚŘENA NA ATLETIKU

### 4.3 Dostatečné nemobilní vybavení

Graf na obr. 14 znázorňuje, jaké mají školy možnosti z hlediska nemobilního vybavení (atletický stadion, různá doskočiště apod.). Jako minimální nemobilní vybavení jsem stanovila atletickou dráhu nejméně 60m dlouhou, sektor pro skok vysoký a daleký. 80% z dotázaných škol ve městech toto vybavení má a mohou ho využívat. Na vesnici je to 40% škol. Zbytek škol některým z požadovaného vybavení nedisponuje. Nejvíce se jedná o atletickou dráhu.



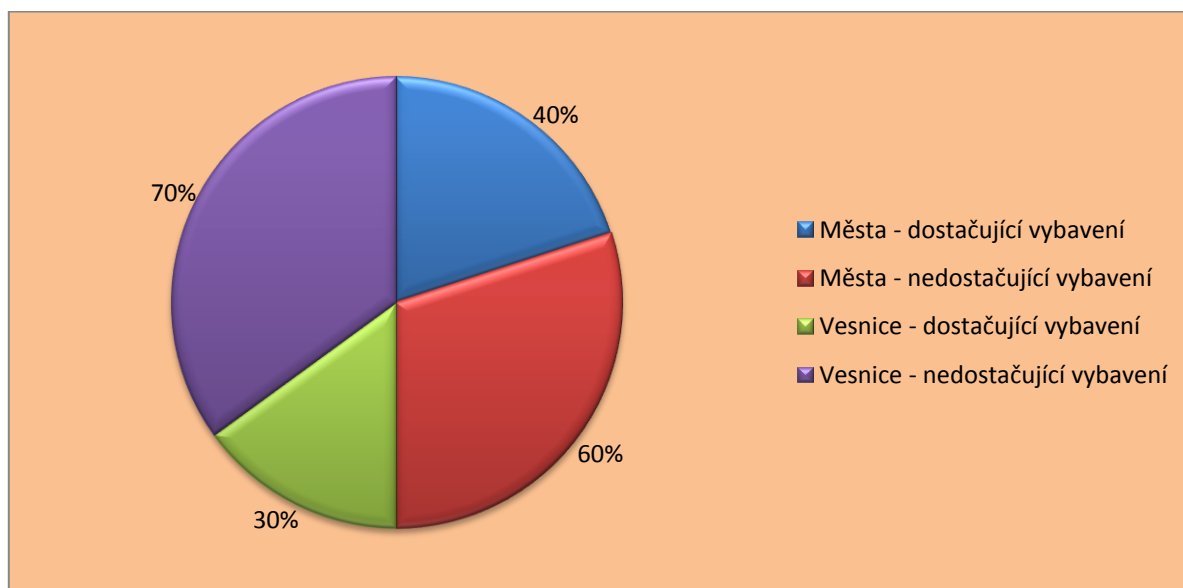
OBR. 14: DOSTATEČNÉ NEMOBILNÍ VYBAVENÍ PRO VÝUKU ATLETIKY V HODINÁCH TV

Mít k dispozici vybavení k nácviku skoků a běhů je první krok k úspěšnému naučení těchto dovedností. Samozřejmě nám trénink doplňují různá imitační cvičení, pro která nepotřebujeme zvláštní vybavení, ale pro správné provedení v praxi je sektor pro skok daleký (cca 20m rovná plocha a písek) a doskočiště pro skok vysoký (doskočiště) základ. Kvalitní vybavení slouží nejen k nácviku techniky v praxi, ale také pomáhá předcházet úrazům, které jsou nejčastější právě v hodinách TV.

Dalo se předpokládat, že většina škol na vesnici atletickou dráhu k dispozici nemá. Je to dané nejen nízkými dotacemi škol, ale také nedostatek prostoru pro vystavění stadionu.

## 4.4 Dostatečné mobilní vybavení

Graf na obr. 15 poukazuje na úroveň mobilního vybavení pro výuku atletiky. Jako minimální materiál jsem stanovila koule, kriketový míček, pásmo a překážky. Těmito všemi materiály disponuje 40% škol ve městech a 30% škol na vesnici. Zbytek škol některý materiál k dispozici nemá.



OBR. 15: DOSTATEČNÉ MOBILNÍ VYBAVENÍ PRO VÝUKU ATLETIKY V HODINÁCH TV

Koule a kriketový míček slouží k nácviku hodů a vrhu. Školy, které tento materiál nemají k dispozici, volí alespoň nácvik tzv. alternativní metodou, a to hodem tenisovým míčkem.

Nejméně škol disponuje překážkami, které slouží k nácviku základu překážkového běhu. Tento materiál je velice drahý, a proto ho většina škol nepořizuje. Ale i přesto mají 4 školy z města a 3 školy z vesnice tento materiál k dispozici.

Pro nácvik atletických disciplín, které mají děti stanovené, je potřeba mnohem více materiálního vybavení. Jedná se především o hrablo, koště, laťku pro skok vysoký nebo bloky. Tento materiál však lze velice snadno nahradit. Laťku vyměníme za gumu – lepší pro děti, které skáčou poprvé. Děti se nebojí, že se zraní, když se jim to nepovede. Místo hrabla mohou učitelé a žáci použít jakékoliv dřevěné prkénko. Alternativou pro bloky bývají často sami žáci, kteří slouží jako „zarážka“ pro nohy startujícího spolužáka.

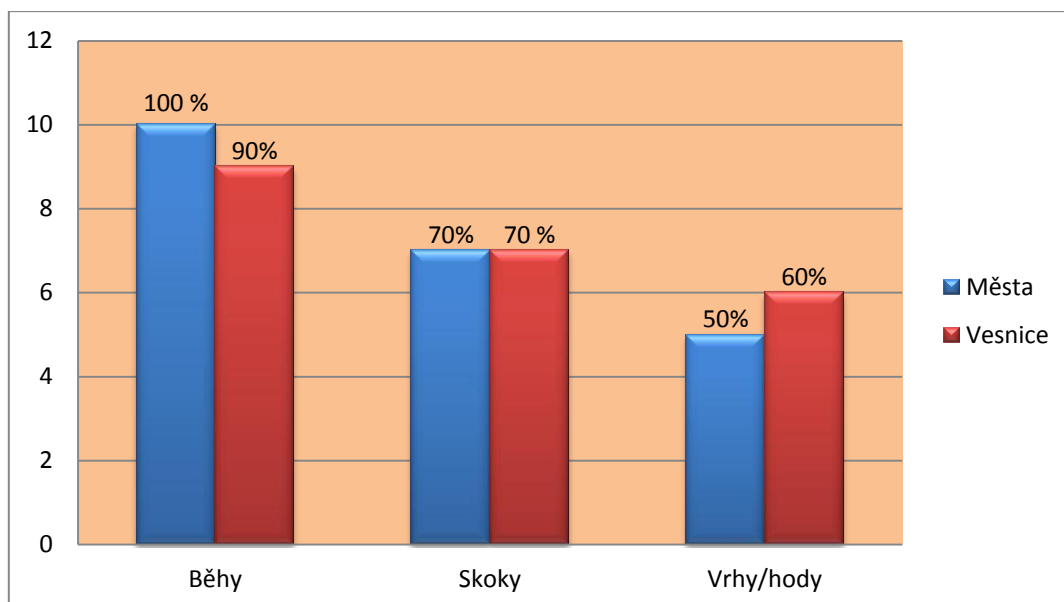
## 4.5 Nácvik disciplín

Následující graf na obr. 16 ukazuje, jakým atletickým disciplínám se školy věnují nejvíce. Dotazník byl rozdělen mezi běhy, skoky a hody/vrhy.

Nácviku (alespoň některých) běžeckých disciplín, kam můžeme zařadit sprinty, vytrvalé běhy na dráze či v terénu a základy překážkového běhu, se všechny dotazované školy z měst věnují. Na vesnicích to byly, kromě jedné, všechny školy. Je to především z toho důvodu, že k výuce běhu stačí mít v blízkosti školy les nebo polní cestu. Považuji to tedy za jednu z nejjednodušších atletických disciplín – co se náročnosti vybavení týče.

Nácviku skokanských disciplín se během výuky věnuje 70% z dotazovaných škol z měst i vesnice, 30% nikoli. Myslím si, že hlavním důvodem tohoto nízkého procenta bude absence skokanského sektoru. Žáci pak nemají možnost si základy této disciplíny osvojit.

Nácviku techniky vrhů a hodů se věnuje 50% dotazovaných škol z měst a 60% dotazovaných škol z vesnic. Tato výuka zahrnuje hod kriketovým míčkem nebo granátem a vrh koulí. Zbytek z dotazovaných škol se těmito disciplínám nevěnují.



OBR. 16: ROZDĚLENÍ HODIN ATLETIKY MEZI JEDNOTLIVÉ DISCIPLÍNY



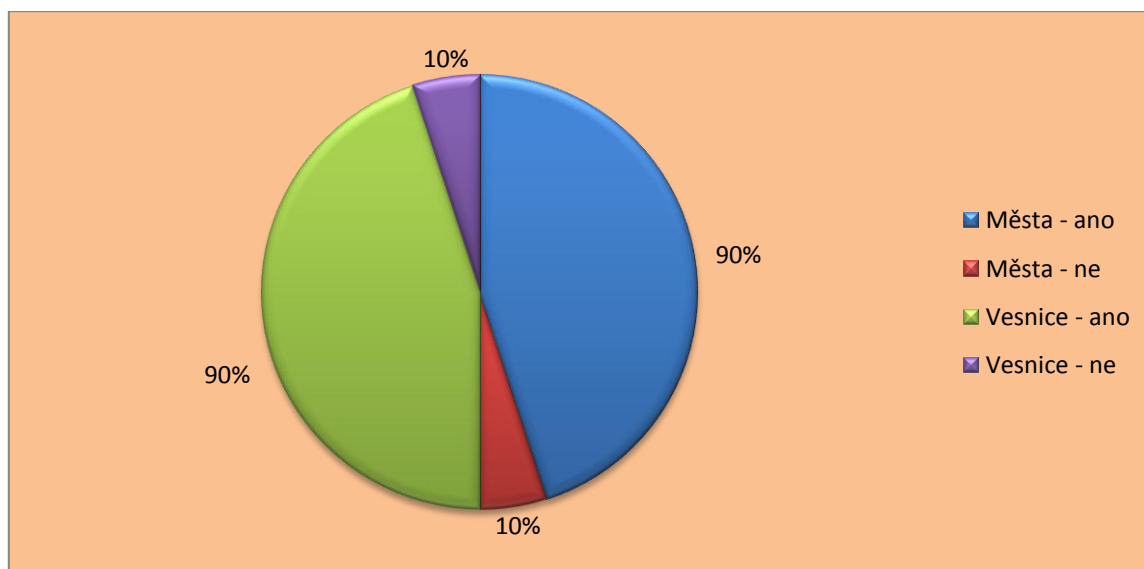
Z grafu na obr. 16 můžeme vyčíst, že nejvíce se školy věnují běhu, skoky jsou na druhém místě a vrhy na třetím. Je to dáno nejen vybavením, které učitelé mají k dispozici, ale také oblíbeností dětí. Vrhy a hody jsou pro děti - převážně dívky, méně atraktivní než skoky.

Oblíbenost v běžeckých disciplínách závisí na délce běžeckého úseku. Mezi nejoblíbenější běžecké disciplíny patří sprinty a štafetové běhy. Mezi ty nejméně oblíbené pak vytrvalostní běhy od 800 metrů výše.

## 4.6 Finanční podpora

Graf na obr. 17 se věnuje problematice nedostatku financí na nákup atletického vybavení, a to z pohledu učitele. Zde se názory učitelů z vesnických i městských škol shodují, 90% z dotazovaných učitelů si myslí, že dostává potřebné finance na nákup materiálu.

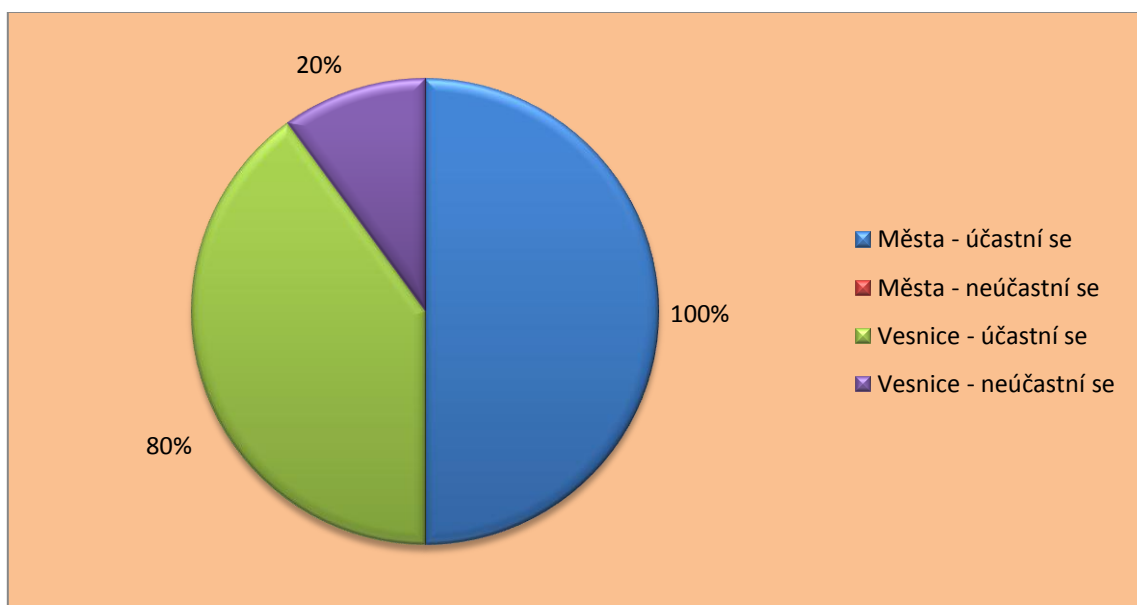
Ředitelé dostávají od kraje jen omezené množství financí, kterými se snaží pokrýt nejdůležitější oblasti. Sportovní vybavení může být mnohými považováno za méně důležité. Proto se často setkáváme s žáky, kteří se poprvé setkávají s výškařským sektorem nebo sektorem pro skok daleký až na střední škole.



OBR. 17: FINANČNÍ PODPORA VÝUKY TV NA ŠKOLÁCH

## 4.7 Účast na soutěžích v atletice

Graf na obr. 18 znázorňuje účast škol na atletických soutěžích. Většina z nich se pořádá ve spolupráci s AŠSK (Asociace školních sportovních klubů). Vybrala jsem 3 nejzákladnější a nejznámější školní soutěže u nás: Pohár rozhlasu, atletický 4boj a OVOV (Odznak Všestrannosti Olympijských Vítězů). Úkolem učitelů bylo uvést, zda se jejich školy účastnily alespoň jedné z těchto soutěží. Z grafu je patrné, že účast škol je většinová. Účast školy na vesnicích je oproti městům slabší.



OBR. 18: ÚČAST NA SOUTĚŽÍCH V ATLETICE

Jak si můžeme všimnout, pouze dvě školy z vesnice se atletických soutěží neúčastní, shodou okolností jsou to stejné školy, které nemají skoro žádné materiální podmínky pro výuku atletiky. Učitelé tedy nemají možnost naučit žáky potřebné dovednosti. Žáci tak ztrácejí možnost reprezentovat svou školu a kraj.

## 4.8 Další zkoumaná kritéria

---

Dotazník obsahuje i několik vedlejších otázek, které slouží ke komplexnějšímu rozboru a lepší orientaci v podmínkách škol.

Jedná se o *osobní zkušenost se sportem*, kdy všichni dotazovaní učitelé uvedli, že se sportu aktivně věnují doposud. V dnešní době je jakýkoliv pohyb důležitý, proto všichni učitelé v otázce *Osobní názor na zařazení atletiky do výuky TV* si myslí, že atletika má své místo v hodinách TV. Atletika rozvíjí všestrannou zdatnost a základní pohybové dovednosti, jako je síla, rychlost, vytrvalost a koordinace. Navíc je brána jako dobrá příprava pro další sporty.

Dále jsem se v dotazníku ptala, zda učitelé *mají (a využívají) doplňkové pomůcky* (kloboučky, pěnové oštěpy či raketky). 14 škol tyto prostředky k dispozici má a využívá je. Další otázka byl *Vztah učitele k atletice*. S milým potěšením jsem zjistila, že většina učitelů vztah k atletice má „velice dobrý“ nebo „dobrý“. Lišili se pouze odpovědi v druhé části nabízených možností, tedy zda mají dostačující materiální vybavení pro výuku nebo nedostačující. Poslední otázkou jsem chtěla zjistit, zda *děti baví atletika ve školní TV*. 3 školy uvedli, že ne. Dle mého názoru velice záleží na samotném učiteli. Atletika nepatří mezi příliš oblíbené sporty, proto je jen na učiteli, jak dětem atletiku představí a jakým způsobem ji bude vyučovat.

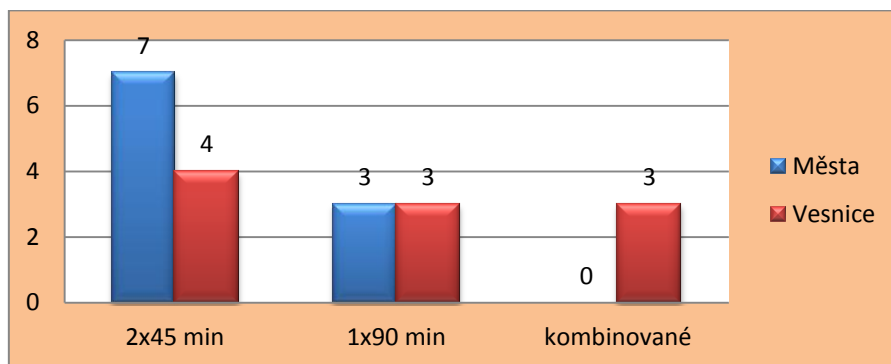
## ROZLOŽENÍ VÝUKY TV V ROZVRHU

Pro zajímavost jsem se učitelů zeptala, jaké mají rozložení výuky TV v rozvrhu a zda jim toto rozvržení vyhovuje. Tato otázka poté nebyla začleněna do celkového hodnocení.

Tuto otázku nám znázorňují grafy na obr. 19 a 20. Z dotazníku je patrné, že 70 % škol z dotazovaných měst rozděluje výuku tělesné výchovy na 2x 45 minut. Učitelé tuto volbu zhodnotili jako nejlepší možnost, protože žáci by dle jejich názoru delší zátěž nezvládli. Učitelé dále zastávají názor, že rovnoměrně rozložená výuka vede k častějšímu pohybu, který přispívá zdravému životnímu stylu. 3 školy ale uvedly, že mají dotaci 1x90minut.

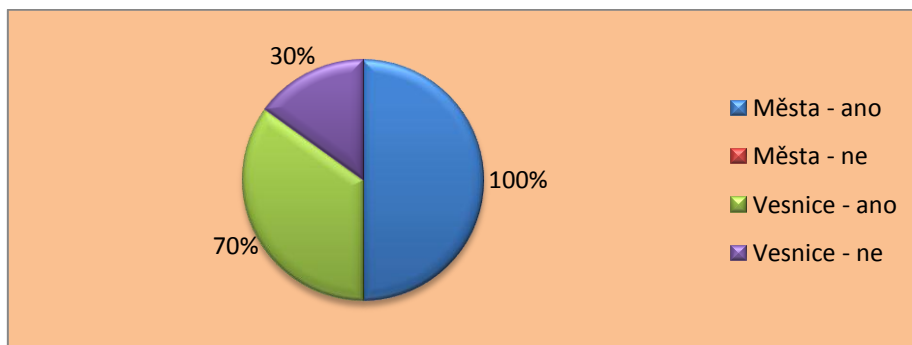
I těm rozložení výuky vyhovuje, neboť je více času na dostatečné procvičení sportovní disciplíny.

Školy na vesnicích mají dotaci hodin rozdělenou především podle dostupnosti atletického stadionu. První skupina (3 školy) má výuku TV 1x 90 minut. Učitelé jsou s tímto rozložením spokojeni, protože s žáky docházejí na vzdálenější stadion. Cesta tam a zpět + následné převlečení zabere mnoho času a za 45 minut by s žáky nic nestihli probrat. Školám, které mají svůj atletický stadion, vyhovuje rozložení 2x45min (4 školy). Poslední skupinku tvoří školy s kombinovaným rozložením, tzn. že k základním 90 minutám tělesné výchovy škola přidala další hodinu navíc. Jedná se především o třídy se sportovním zaměřením, ve kterých si žáci mohou volit tělesnou výchovu jako volitelný předmět.



OBR. 19: ROZLOŽENÍ VÝUKY TV V ROZVRHU

Najdeme zde samozřejmě i školy, kterým rozložení výuky tělesné výchovy nevyhovuje. Z obr. 20 je patrné, že to jsou 3 školy z vesnice, které by preferovaly opačné rozložení výuky, než mají k dispozici nyní.



OBR. 20. GRAF VYHOVUJÍCÍHO ROZDĚLENÍ DOTACÍ HODIN TV

## 4.9 Celkové hodnocení

---

Pro vyhodnocení a získání celkových výsledků z dotazníků jsem si stanovila kritéria, která mi mají pomoci vyhodnotit, zda školy splňují mé stanovené minimální požadavky na dostatečné podmínky výuky atletiky.

Toto vyhodnocení jsem získala obodováním odpovědí z dotazníků, které byly pro tuto otázku relevantní.

### **Bodování proběhlo následovně:**

- Za vystudovaný obor: 1 bod, 0 bodů za nevystudovaný obor.
- Za praxi v TV: 0 bodů za 0-4 roky, 1 bod za praxi dlouhou 5-9 roků, 2 body za praxi 10-15 let a 3 body za praxi delší než 15 let.
- Osobní zkušenosti se sportem: 1 bod, pokud se věnovali atletice, 0 jinak.
- Osobní názor na zařazení atletiky do výuky TV: 0/1 bod.
- Množství hodin věnovaných výuce atletiky za rok: 1 bod za 3 a více měsíců, 0 jinak.
- Děti TV baví: 0/1 bod (učitel by měl umět děti namotivovat).
- Nemobilní vybavení: 0/1 bod.
- Mobilní vybavení: 0/1 bod.
- Nácviky jednotlivých disciplín: hody, skoky, běhy - za každý 0/1 bod.
- Používání doplňkových pomůcek při výuce (kloboučky, pěnové oštěpy a raketky) použila jsem metodu implikace, protože pokud škola vybavením nedisponuje, nemůže ho používat: 0/1 bod.
- Vztah učitele k atletice: 3 body velice dobrý, 2 body dobrý, 1 bod ne moc dobrý a 0 bodů špatný.
- Finanční prostředky: 0/1 bod.
- Účast na atletických soutěžích: 0/1 bod.

Body byly nakonec sečteny. Maximální počet byl 24 bodů, rozdělila jsem si školy do 4 kategorií: 24-21 bodů, 20-16 bodů, 15-10 bodů, 9-0 bodů.

## 5 Diskuze

Jako vrcholová atletka se tímto sportovní odvětvím zabývám celý život. Po zkušenosti ze základní a střední školy, kde jsme se atletice nevěnovali, mě zajímalo, jak jsou na tom jiné školy a jak se vůbec k hodinám tělesné výchovy staví učitelé. Proto toto téma. Ke zjištění těchto skutečností jsem vypracovala dotazník, který jsem poskytla vybraným školám ve městech a vesnicích Středočeského kraje. Dotazník se zaměřoval na zjištění různých podmínek pro správnou výuku atletických disciplín. Myslím si, že materiální podmínky – ať už mobilní či nemobilní, jsou začátkem všeho.

Ráda bych se v této diskuzi zabývala tématy, kterým jsem se v bakalářské práci nevěnovala, ale i přesto si myslím, že mají velký podíl na úrovni atletické výuky.

První téma, kterému bych se chtěla věnovat, je pohlaví učitelů a s ním spojené rozdělení žáků do skupin na hodiny tělesné výchovy (dívky, chlapci). Všechny školy nástupem žáků na druhý stupeň rozdělí děti na chlapce, které učí většinou muži, a dívky, kterým je přidělena učitelka ženského pohlaví. Je to z jednoho prostého důvodu. Ženy lépe pochopí dívky a muži naopak mají autoritu a tvrdost, která je u dospívajících chlapců potřeba.

Myslím si, že tento přístup má mnoho výhod, ale samozřejmě to s sebou nese i jisté nevýhody. Druhý stupeň je charakteristický dospíváním, děvčata se začínají měnit v ženy, chtějí se líbit opačnému pohlaví. Když dojde k rozdělení, nemusí mít strach, že by se před chlapci ztrapnily či znemožnily. Dalším velkým kladem může být i úroveň a nasazení. Chlapci bývají často znuděni hrami s dívkami, neboť dle jejich názoru jsou to jen „holky“, které ani míč pořádně chytnout neumí. Ve skupině chlapců mohou hrát naplno a nemusí se bát, že je paní učitelka bude nabádat, aby zvolnili, či nedávali do míče takové rány.

Záliby a koníčky dívek a chlapců se také liší. Zatímco chlapci dávají přednost výbušnějším sportům – fotbalu, házené a florbalu, dívky mají naopak raději přehazovanou a vybíjenou.

Naopak největším záporem je dle mého názoru jedinečnost každého žáka. Když skupiny rozdělíme na chlapce a dívky, tak dívky, které jsou na sportovní úrovni jako chlapci, se budou v hodinách s dívkami nudit a pořádně si nezahrají. To stejné platí pro chlapce, kteří naopak nejsou tolik zdatní, a vynikají spíše v počítačích či jiných předmětech.

Když shrnu klady a zápory, souhlasím se separací i s přidělením učitelů stejného pohlaví.

Dalším tématem, kterým bych se chtěla zabývat, je časová dotace hodin TV. Některé školy mají rozdělenou tělesnou výchovu na 2x45 minut a jiné naopak 1x90 minut. Co je lepší? Každá varianta má své klady a zápory.

Pojďme se nejdříve podívat na první možnost – tedy 2x 45 minut. Velkým pozitivem tohoto rozdělení je fakt, že děti sportují minimálně 2x týdně, protože pro většinu dětí je školní tělesná výchova jediným přísunem pohybu za celý týden. Nejde o dlouho dobu, proto zvládnout cvičit i děti, které nejsou velkým zastáncem pohybu. Malým negativem může být málo času na nácvik různých disciplín, neboť po úvodní a průpravné části nezbyde na samotné procvičování mnoho času.

Druhá možnost, která se nám naskytla, je 1x90 minut. Hodina a půl už je doba, kdy se dá zvládnout mnoho věcí. Nejen, že děti stihneme s disciplínou seznámit, ale zbyde nám dostatek času na její procvičení. Někteří děti však mohou mít s délkou cvičení problémy, proto je důležité, aby učitel vždy rozložil zátěž a upravil tak hodinu. Pokud učitel se svými žáky dochází na vzdálený stadion, je tato varianta nejlepší.

Vlastní výuka musí též obsahovat určité pomocné fáze – převlékání před a po hodině, rozcvičení alespoň 15 minut – aby se tělo zahřálo a připravilo na budoucí zátěž, ale hlavně možnost základního umytí (osprchování), které je stejně důležité jako jakýkoliv pohyb.

Podle mého názoru je nejlepší kombinace těchto dvou možností. V zimě 2x45 minut a v létě 1x90 minut, kdy žáci chodí do lesa nebo na stadion. Bohužel ne každá škola může tento systém zavést.

Třetí téma, kterému bych se chtěla věnovat, je účast na soutěžích. Dle mého názoru jsou soutěže pozitivně přijímány, neboť žáci mohou porovnávat své schopnosti s žáky z jiných škol. Žáci navíc vidí, že veškerá dřina a procvičování nebylo zbytečné, mají cíl a motivaci se zlepšovat. Často bývají kola soutěží na různých místech, proto mají možnost trochu cestovat a podívat se na místa, na kterých třeba ještě nebyli. Může se stát, že žáci budou mít strach ze závodu, z toho, že nejsou dost dobří. Je proto velice důležité, aby je učitel pochopil a pomohl jim tento strach překonat, aby je povzbudil a podpořil. Na atletických soutěžích jde ale i o mnohem více než jen o soutěžení v atletických disciplínách. Žák se učí trpělivost, rozvíjí svou soutěživost, schopnost přijmout porážku a podat ruku vítězi. Myslím si, že jsou to cenné lekce, které jsou pro rozvoj žáka a jeho osobnosti velice důležité. Učitelé a ředitelé by se na svých školách měli snažit tyto soutěže propagovat a navštěvovat jich pokud možno co nejvíce.

Předposlední téma, kterému bych se chtěla věnovat, je rámcový vzdělávací plán, který v současné době patří mezi jedno z nejdiskutovanějších témat ve školství. Než byl zaveden rámcový vzdělávací plán, měli jsme v naší zemi osnovy, které přesně stanovovaly, jak se bude daná disciplína procvičovat, kolik času se jí bude věnovat, kdy se mají různé disciplíny zavést do hodin tělesné výchovy a především co přesně by se s žáky mělo cvičit. Oproti tomu rámcový vzdělávací program vytyčí pouze to, co by se daný rok mělo splnit. Jakožto začínající učitel se však nikde nedozvím, kolik hodin bych se měla věnovat gymnastice, míčovým hrám či atletice. Každá škola má tedy volné pole působnosti při tvoření školního vzdělávacího programu. Na jednu stranu to dává velký prostor pro školy, které tělesnou výchovu podporují, na stranu druhou to může být v jinak zaměřených školách na škodu. Dle mého názoru pak učitelé volí volnější způsoby nácviku v disciplínách, které mají za následek nedostatečné znalosti a schopnosti v jednotlivých částech atletické výuky.

Mělo by se proto postupovat individuálně – dle kolektivů žáků, místa výuky, pomůcek či prostředí, což ale činí vysoké nároky na vyučující z hlediska organizace vyučovací jednotky, které ne každý chce vložit do hodiny tělesné výchovy.

Posledním tématem, nad kterým bych se chtěla pozastavit a zamyslet se, je samotné známkování tělesné výchovy. Známkovat, nebo neznámkovat? V dnešní době se objevují rozporuplné názory.

Část učitelů si myslí, že na známkování není nic špatného, naopak druhá část zastává názor, že by se hodnotit známkou, popřípadě body nebo procenty, nemělo.

V případě, že se rozhodneme neznámkovat, mohlo by nám pomoci slovní hodnocení, které považujeme za přirozené, neboť se s ním setkáváme celý život. Pro rozvoj osobnosti, individuálních schopností a talentu je to nejlepší možné řešení.

Představme si situaci, že máme ve třídě žáka, který i přes velkou snahu neuspěje a stanovené minimum nesplní. Máme ho hodnotit jako žáka, který zaostává stejným způsobem, ale pro zlepšení nedělá zhora nic? Oba žáci nesplňují požadavky, tudíž by měli dostat stejnou známku, ale je to opravdu to jediné, na co se mám v hodnocení jejich výkonu zaměřit?

Učitel by měl dle mého názoru hodnotit nejen samotný výkon, ale i postavení studenta k hodině TV – jeho připravenost na hodinu, počet odcvičených hodin, aktivitu a snahu se zlepšit. Vše tedy závisí na samotném učiteli. Nejen děti, ale i on by se měl na hodiny tělesné



výchovy připravovat a vyhodnocovat úspěšné či neúspěšné postupy. Když uvidí, že některé požadavky jsou pro děti moc náročné, měl by od nich lehce ustoupit.

Pojďme si tedy shrnout, jaké máme výhody a nevýhody známkování. Mezi nejvýraznější výhody známkování patří motivace k lepším výkonům a odměna za snahu a práci, kterou děti v hodinách tělesné výchovy odvádějí. Velkou výhodou dále spatřuji v tom, že díky známám jsou rodiče informováni o počínání svých dětí. Mezi nevýhody patří „tabulkování“. Učitel si vyrobí tabulku, dle které hodnotí výkony žáků. Často přehlídí snahu a zájem žáka, který nemá dispozice k lepším výkonům.

Když si promyslím pozitiva a negativa hodnocení, stále se přikláním ke známkování. Samozřejmě s přihlédnutím na další aspekty žáka – jeho snahu, zájem a aktivitu v hodinách.

Na závěr bych ráda uvedla jen pár myšlenek a otázek, které mě v průběhu diskuze napadaly.

Myslím si, že by se mělo usilovat o zvýšení společenského významu školní tělovýchovy jako vyučovacího předmětu na úroveň ostatních předmětů. Nestává se vůbec, že by někdo propadl z tělesné výchovy, i 4 se dává jen výjimečně.

Nebylo by vhodné zvýšit počet vyučovacích hodin tělesné výchovy a dát ji do společenské relace s počtem hodin ostatních předmětů?

## Vyhodnocení hypotéz

Díky zmíněným stanoviskům jsem si před začátkem práce stanovila hypotézy, které pokrývají všechny úhly pohledu na určení dostačujících podmínek pro samotnou výuku atletiky na základních školách.

**Hypotéza 1** byla z části splněna. Přesně 8 škol (80%) z města minimálním nemobilním vybavením disponuje (sektory pro skok vysoký, daleký a minimálně 60m dráha). Na vesnici to je o 1 školu méně, než jsem si stanovila. Toto vybavení vlastní pouze 4 školy. Jak už bylo zmíněno, je to dané nedostatkem místa pro stadion samotný i dotacemi, které škola získává.

**Hypotéza 2** se ani v jenom případě nepotvrdila. Na vesnici vlastní koule, kriketový míček, pásmo a překážky pouze 3 školy. Ve městě jsou to 4. S ohledem na první myšlenky zavedené do hypotézy (tedy 7 škol ve městě a 4 školy na vesnici) jsem si myslela, že toto

vybavení bude vlastnit více škol. Je pravda, že hodnocení se týkalo všech mobilních vybavení, proto je konečné číslo menší. Do celkového hodnocení se počítají i překážky, které vzhledem k ceně, školy k dispozici nemají.

**Hypotéza 3** byla splněna částečně. Dřívější myšlenka, že ve školách ve městě se bude spíše vyučovat skok vysoký a daleký byl mylný. Nejvíce se věnují samotnému běhu. Na vesnici byla má úvaha správná. Vesnice a její přírodní okolí vybízí k tomu, aby děti chodily běhat. Navíc běh nemusí být pro děti nudný a bolestivý. Lze ho skloubit s hrami nebo štafetovými běhy, v nejlepším případě i s orientačními běhy, které děti budou bavit a ještě k tomu budou splňovat běžecké povinnosti.

**Hypotéza 4** byla splněna a potvrzena. Vzdělání v oboru učitelství považuji za nejdůležitější, co se pedagogiky týče. Vzdělávat děti v něčem, o čem nic nevím, není dobré. Z dotazovaných škol ve městě mají vzdělání v oblasti tělesná výchova všichni z dotazovaných. Na vesnici toto vzdělání má 7 z dotazovaných učitelů.

To, co mě osobně nejvíce zajímalo, byla **Hypotéza 5**. 3-4 měsíce jsem stanovila jako minimální dobu, které se věnovat atletice. Po vyhodnocení dat ze všech dotazníků jsem zjistila, že tuto hypotézu získaná data potvrdila. 7 škol ve městě a 4 školy na vesnici tomuto sportovnímu odvětví opravdu věnují minimálně 3 měsíce školy. 3 školy v obou porovnávaných skupinách vyučují atletiku dokonce 4 měsíce. Je jednoduché hodit míč mezi děti, a nechat je si hrát, co chtějí. O to více mě tato otázka mile překvapila.

## 6 Závěry

Cílem této bakalářské práce bylo zjistit a porovnat podmínky pro výuku atletiky na základních školách ve městech a vesnicích Středočeského kraje. Podmínky jsem si stanovila a začlenila do dotazníku, který jsem rozeslala jednotlivým učitelům tělesné výchovy.

Po sběru dat týkajících se vzdělání učitelů jsem zjistila, že školy ve městě mají kvalifikovanější učitele, jelikož všichni z dotazovaných mají vysokoškolský diplom v oboru tělesná výchova. V kritériu stanoveném pro počet měsíců zaměřených na atletiku během hodin tělocviku, jsou na tom o něco lépe školy z města. Přesto značná část vesnických škol toto kritérium také splňuje.

Výsledky materiálního vybavení se mírně liší. S mobilním vybavením mohou disponovat jak školy na vesnici, tak i ve městech. Zde se těžko určuje, která destinace je na tom lépe. Značný rozdíl je ve vlastnictví překážek. Naopak v nemobilním vybavení jsou na tom lépe školy ve velkých městech.

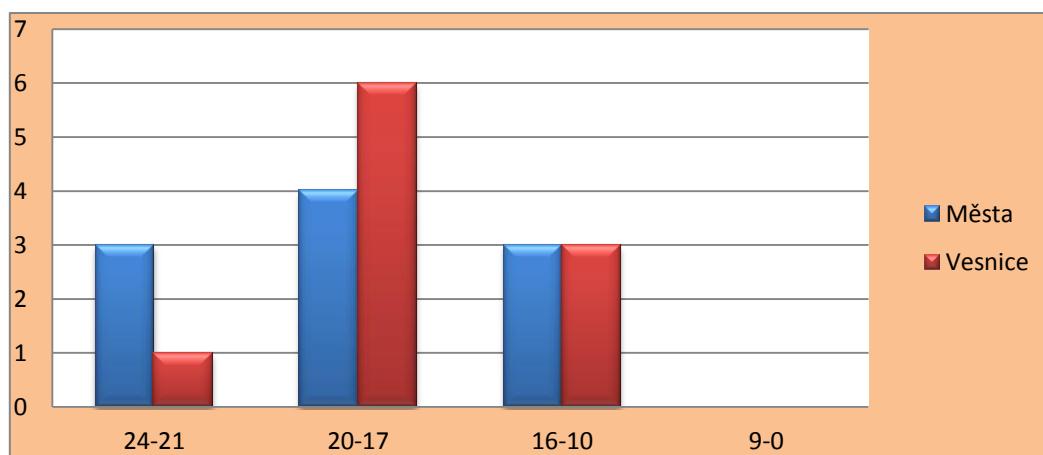
V otázce týkající se nejvíce procvičované atletické disciplíny, je výsledek v obou případech stejný. Nejvíce se věnuje v hodinách tělocviku běhu. To mě lehce překvapilo, neboť jsem čekala, že se školy ve městech budou spíše věnovat nácviku skoku vysokého a dalekého.

S finanční podporou jsou na tom školy obdobně. 9 z uvedených škol z obou destinací jsou finančně podporovány.

Na otázku, zda se školy účastní školních atletických soutěží, odpověděly všechny školy z měst kladně. Také 8/10 vesnických škol se snaží soutěží účastnit.

Co se týče vztahu učitelů k samotné atletice, mohu s potěšením konstatovat, že se všichni dotazovaní učitelé snaží atletice v hodinách tělesné výchovy věnovat a zaujmout tak děti tímto neatraktivním sportovním odvětvím.

Po shrnutí a obodování všech dat jsem došla k závěru, že z dotazovaných škol mají nejlepší výsledky 3 školy ve městě a 1 škola na vesnici, a to nejen díky materiálním podmínkám, ale i úrovně vzdělání učitelů se schopností a zájmem vyučovat atletiku. Z obrázku č. 21 je patrné, že 4 další školy z města a 6 škol z vesnice za nejlepšími o moc nezaostávají.



OBR. 21: KONEČNÉ VÝSLEDKY ZJIŠŤOVANÝCH PODMÍNEK PRO VÝUKU ATLETIKY

Samotné výsledky ze škol z měst ukazují, že jsou na tom o něco lépe, než školy na vesnici, ale rozdíly nejsou výrazné. Největší rozdíl byl ve využívání atletického stadionu, tedy i sektoru pro skok vysoký, který ve většině dotazovaných škol z vesnic nemají k dispozici.

I přesto mohu celkově říci, že podmínky ze zkoumaných škol, až na pár výjimek, jsou dostačující k tomu, aby se výuka atletiky dala vyučovat. Jak atletická dráha, tak i sektor pro skok vysoký se dá nějakým způsobem nahradit.

Stanovené podmínky jsem zkoumala pouze na vybraných školách. Je tedy velice pravděpodobné, že kdybych si vybrala školy jiné, byly by výsledky rozdílné.

Ani vynikající podmínky pro výuku atletiky nám však nezajistí, že žáci budou tomuto sportu věnovat více času ve svém volnu. Jak už jsem uvedla výše, vše záleží na učiteli a jeho přístupu k dětem a atletice jako takové. I přes špatné podmínky dokáže dobrý učitel vykouzlit zázraky a vzbudit v dětech zájem o tento nepochopený sport. A pokud tento postoj zastávají i rodiče, nic žákovi nebrání pustit se do toho naplno.

Tato bakalářská práce by měla sloužit k zamyšlení všech učitelů a ředitelů, kteří na školách nemají dostatečné podmínky a nestaví se k tomuto problému čelem. Přesto nejvíce by se mělo zamyslet ministerstvo školství, které by mělo hledat východiska k zlepšení samotných podmínek pro výuku tělesné výchovy. V dnešní době, kdy fyzická kondice a zdravotní stav nejen žáků, ale i dospělých je na špatné úrovni, je pohybová aktivita velice důležitá.

## 6 Conclusions

The aim of this bachelor thesis was to compare conditions for teaching athletics at the elementary schools in towns and villages in the Central Bohemian Region. Conditions were set and incorporated into the questionnaire which was sent to individual PE teachers.

After collecting the data about the education of the teachers I have discovered that schools in towns have more qualified teachers - all of them have a diploma in PE. The criterion of the number of months dedicated to the athletics during the PE lessons was met more often by town schools. But a large number of village schools also met this criterion.

The results regarding material equipment are slightly different. On the one hand, mobile equipment is available in both types of schools (town and villages). It is hard to determine which schools are better equipped. Large difference is in the ownership of hurdles. On the other hand, the town schools are better equipped when immobile equipment is concerned.

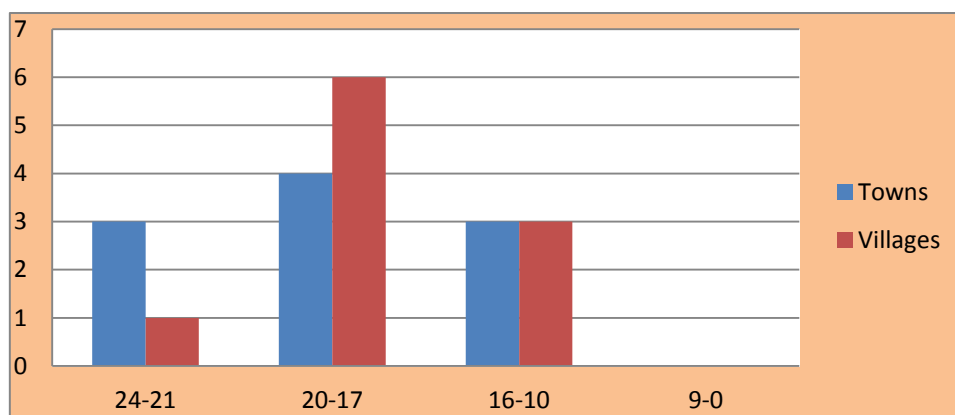
The most practised athletics discipline is in both types of schools the same. The PE lessons are mostly dedicated to running. I was slightly surprised by that because I have expected that the town schools would rather practise long jump and high jump.

The schools are similar in the criterion of financial support. Nine schools from both destinations are financially supported.

The question about the school's participation at athletics competitions was answered positively by all town schools and 8/10 village schools is also trying to compete.

Concerning the relationship of teachers to the athletics itself I can gladly say that all of them are trying to incorporate athletics into their lessons and are also trying to arouse pupils' interest in this unattractive discipline.

After summarization and grading of all collected data I came to the conclusion that the best results were achieved by 3 town schools and 1 village school. Not only because of the great material equipment but also because of the highly educated teachers interested in athletics. The picture 21 shows that other schools (4 town, 6 village) are not much behind the best.



PICTURE 21: OVERALL RESULTS OF PRE-SELECTED CONDITIONS FOR TEACHING ATHLETICS

The overall results shows that the town schools are generally better than the village schools, but the differences are not substantial. The biggest difference is in usage of athletics stadium, which means the sector for high jump, most of the village school does not have one at their disposal.

I can however say that the conditions for teaching athletics in examined schools are, excluding few exceptions, sufficient enough. Athletic track and the sector for high jump can be replaced by certain means. Specified conditions were evaluated only in chosen schools and it is therefore very probable that the results would be different with different set of schools.

But even the best conditions for teaching athletics cannot ensure us that pupils would devote more of their free time to this sport. As was mentioned earlier, the key is the teacher and their attitude to children and athletics itself. Even in bad conditions good teacher can do miracles and awaken an interest in this misunderstood discipline. And when parents have similar attitude, pupils can start flat-out.

My bachelor thesis should make all teachers and headmasters, who do not have sufficient conditions and are not trying to solve the problem, think. But the ministry of education is the one who should contemplate this the most and try to find some solution for improving conditions for teaching athletics. Especially in our time when the physical conditions and the state of health of children and adults are not ideal and the psychical activities are therefore very important.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:

1. BELŠAN, Pavel. *Tělesná výchova pro 5. až 8. ročník základní školy*. 2. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n.p., 1983.
2. BOSÁK, Emanuel. *Stručný přehled vývoje sportovních odvětví v Československu: I. díl*. Praha: Olympia, 1969.
3. FEJTEK, Miroslav a kolektiv. Některé náměty k vyučování atletiky na 2. stupni základních škol. *Tělesná výchova mládeže*. Praha: Karolinum, 1989/90, roč. 56, č. 10, s. 373-393.
4. CHOUTKOVÁ, Božena a Miloslav FEJTEK. *Atletika pro 5. až 8. ročník základní školy*. 1. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1991, 112 s. Metodické příručky (Státní pedagogické nakladatelství). ISBN 80-042-4901-9.
5. CHOUTKOVÁ, Božena a Miloslav FEJTEK. *Malá škola atletiky*. Praha: Olympia, 1989.
6. CHOUTKOVÁ, Božena, Václav VOMÁČKA a Eva BLAHUŠOVÁ. *Vybrané kapitoly ze školní atletiky*. Praha: SPN: pedagogické nakladatelství, 1979.
7. JEŘÁBEK, Jaroslav. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání: s přílohou upravující vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2005. ISBN 80-870-0002-1.
8. JEŘÁBEK, Jaroslav. *Vzdělávací program Základní škola*. 1. vyd. Praha: Fortuna, 1996, 275 s. ISBN 80-716-8337-X
9. JEŘÁBEK, Jaroslav. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání: s přílohou upravující vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický v Praze, 2005, 126, 92 s. ISBN 80-870-0002-1
10. JEŘÁBEK, Petr. *Atletická příprava: děti a dorost*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 190 s. Děti a sport. ISBN 978-802-4707-976.
11. JIRKA, Jan. *Sto let královny*. Olomouc: Česká atletika, 1997, 265 p. ISBN 80-858-9311-8.
12. KAPLAN, Aleš. Jaká je atletika na základní škole? *Tělesná výchova a sport mládeže: odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele*. Praha: Karolinum, 2011, roč. 77, č. 2, s. 29-33. ISSN 1210 – 7689

13. KÁRNÝ, Petr. Podmínky pro výuku atletiky na 2. stupni základních škol. *Tělesná výchova a sport mládeže: odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele*. Praha: Karolinum, 2000, roč. 66, č. 4, s. 46-47. ISSN 1210 - 7689
14. KÖSSL, Jiří, Jan ŠTUMBAUER a Marek WAIC. *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Praha: Karolinum, 2000, 159 s. ISBN 80-718-4608-2.
15. LOPATA, Ladislav. *Lehká atletika v základní tělesné výchově*. Praha: Státní zdravotnické nakladatelství, 1962.
16. METELKOVÁ, Taťána. Kam kráčí školní atletika? *Tělesná výchova a sport mládeže: odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele*. Praha: Karolinum, 2012, roč. 78, č. 3, s. 6-8. ISSN 1210-7689
17. RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIALOVÁ. *Didaktika školní tělesné výchovy*. 2. přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 1998, 171 s. ISBN 80-718-4659-7.
18. RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIALOVÁ. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum, 2000, 171 s. ISBN 80-718-4659-7.
19. TUPÝ, J., SVATOŇ, V. a P., LINHART. *Návrh programu „Tělesná výchova v projektu Občanská škola“*, Praha, 1994.
20. *Učební osnovy základní devítileté školy: Tělesná výchova 6.-9. ročník, zvláštní tělesná výchova*. 4.vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n.p., 1977.
21. *Učební osnovy základní devítileté školy: Tělesná výchova 6.-9. ročník, zvláštní tělesná výchova*. 4. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n.p., 1977.
22. *Učební osnovy základní školy: Tělesná a sportovní výchova 5.-8. ročník, zájmová tělesná výchova (nepovinný předmět) 5.-8. ročník, zdravotní tělesná výchova 5.-8. ročník*. 2. vydání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, n.p., 1989.
23. VALTER, Ladislav a Martin NOSEK. *Vybrané kapitoly z atletiky*. Vyd. 1. Ústí nad Labem: Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem, 2007, 132 s. ISBN 978-80-7044-940-0
24. VINDUŠKOVÁ, Jitka, Aleš KAPLAN a Taťána METELKOVÁ. *Atletika*. Praha: NS Svoboda, 1998. ISBN 80-205-0528-8.



## **PŘÍLOHY**

## **Příloha č. 1 – Seznam obrázků**

- OBR. 1:** Spiess-Maulovy osnovy školní TV (1874)
- OBR. 2:** Jednotné osnovy tělesné výchovy (1960)
- OBR. 3:** Osnovy školní tělesné výchovy (Základní škola 1997)
- OBR. 4:** Cíle tělesné výchovy
- OBR. 5:** Systém kurikulárních dokumentů
- OBR. 6:** Netradiční náčiní a pomůcky pro výuku atletiky
- OBR. 7:** Nácvik hodů kriketovým míčkem
- OBR. 8:** Nácvik trčení koule – hra na zaháněnou
- OBR. 9:** Nácvik skoku dalekého – odraz a letová fáze
- OBR. 10:** Nácvik skoku vysokého – odraz
- OBR. 11:** Alternativní vybavení pro překážkový běh
- OBR. 12:** Graf vzdělání učitelů
- OBR. 13:** Graf počtu měsíců, kdy je výuka TV zaměřena na atletiku
- OBR. 14:** Dostatečné nemobilní vybavení pro výuku atletiky v hodinách TV
- OBR. 15:** Dostatečné mobilní vybavení pro výuku atletiky v hodinách TV
- OBR. 16:** Rozdělení hodin atletiky mezi jednotlivé disciplíny
- OBR. 17:** Finanční podpora výuky TV na školách
- OBR. 18:** Účast na soutěžích v atletice
- OBR. 19:** Rozložení výuky TV v rozvrhu
- OBR. 20:** Graf vyhovujícího rozdělení dotací hodin TV
- OBR. 21:** Konečné výsledky zjišťovaných podmínek pro výuku atletiky

## **Příloha č. 2 – Seznam měst a vesnic**

**Města:** Brandýs nad Labem  
Kralupy nad Vltavou  
Mladá Boleslav  
Říčany  
Příbram  
Rakovník  
Sedlčany  
Čelákovice  
Kutná Hora  
Kladno

**Vesnice:** Žehušice  
Zeleneč  
Semice  
Liteň  
Kly  
Jesenice  
Chocerady  
Dolní Beřkovice  
Mnichovice  
Postupice

## Příloha č. 3 – Dotazník

**1) Pohlaví:**

- ☐ Muž
- ☐ Žena

**2) Vystudovaný obor:** .....

**3) Rok ukončení studia:** .....

**4) Počet roků pedagogické praxe:** .....

**5) Jakou kombinaci v současné době vyučujete?**

- ☐ pouze TV
- ☐ TV + .....

**6) Jakému sportu (jakým sportům) jste se dlouhodobě věnoval/a, případně stále věnujete?**

.....  
.....

**7) Jak je rozložena týdenní hodinová dotace TV pro třídu?**

- ☐ 2 x 45 min
- ☐ 1 x 90 min
- ☐ jiné: .....

▪ **Vyhovuje Vám toto rozložení výuky?**

- 1. Ano
- 2. Ne

• **Proč ano/ne?**

.....  
.....  
.....

**8) Jsou Vaše hodiny TV koedukované?**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

**9) Myslíte si, že je atletická příprava na ZŠ důležitá?**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

▪ **Proč ano/ne?**

.....  
.....  
.....

**10) Kolik hodin výuky (orientačně) věnujete určitému sportu ročně?**

- ☐ Atletika .....
- ☐ Gymnastika .....
- ☐ Sportovní hry .....
- ☐ Jiné .....

**11) Máte nějaký důvod k tomu, abyste určitým sportům věnovala v hodinách více času?**

- ☐ Ne
- ☐ Ano

**▪ Pokud ano, jaký důvod a jakým sportům?**

.....

.....

.....

.....

**12) Myslíte si, že děti hodiny TV věnované atletice baví?**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

**▪ Pokud ne, která činnost dětí nejvíce baví?**

.....

.....

.....

.....

**13) Má vaše škola vybavení pro výuku atletiky?**

- ☐ atletická dráha
- ☐ doskočiště pro skok daleký
- ☐ vrhačský kruh
- ☐ doskočiště pro skok vysoký

**▪ Pokud ne, které vybavení postrádáte nejvíce? Proč?**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**14) Má Vaše škola materiální vybavení pro výuku atletiky? (+ počet kusů)**

- ☐ Koule
- ☐ Kriketový míček
- ☐ Hrablo

- Koště
- Laťka
- Pásmo
- Překážky
- Bloky

▪ **Pokud ne, které věci postrádáte nejvíce? Proč?**

.....

.....

.....

**15) Náviku které atletické disciplíny se věnujete nejvíce v hodinách TV?**

.....

.....

**16) Máte k dispozici doplňkové pomůcky? (kloboučky, pěnové oštěpy, rakety)**

- Ne
- Ano, používám je
- Ano, ale nepoužívám je
  - Důvod nepoužívání?

.....

.....

.....

.....

.....

**17) Jaký máte vztah k atletice?**

- „Velice dobrý, snažím se žáky seznámit s nejrůznějšími atletickými disciplínami – dostačující materiální vybavenost“
- „Velice dobrý, snažím se žáky seznámit s nejrůznějšími atletickými disciplínami – nedostačující materiální vybavenost“
- „Dobrý, seznámím žáky s nejzákladnějšími z nich – dostačující materiální vybavenost“
- „Dobrý, seznámím žáky s nejzákladnějšími z nich – nedostačující materiální vybavenost“
- „Moc dobrý ne, učím je jen to, co musím – dostačující materiální vybavenost“
- „Moc dobrý ne, učím je jen to, co musím – nedostačující materiální vybavenost“
- „Špatný – věnuji ji jen pár hodin za rok – dostačující materiální vybavenost“
- „Špatný – věnuji ji jen pár hodin za rok – nedostačující materiální vybavenost“
- „Snažím se ji vyhnout a žákům sdělit jen to nejnужnější“

**18) Poskytuje Vám škola finanční prostředky k nákupu atletického vybavení.**

- Ne
- Ano

**19) Máte na vaší škole kroužek atletiky?**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

**20) Účastní se vaše škola atletických soutěží? (pohár rozhlasu a atletický 4boj)**

- ☐ Ano
- ☐ Ne

**Příloha č. 4** – CD s daty zpracovaných z 20 dotazníků